مجلة جامعة الملك عبدالعزيز: الآداب والعلوم الانسانية، م٢٩ع٧ ص ص:٣٠١- ٣٣٠ (٢٠٢١م)
DOI:10.4197/Art.29-7.11

القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية

د. محمد عبد الرزاق أسود
الأستاذ المشارك في السنة النبوية وعلومها
في قسم الدراسات الإسلامية في كلية الآداب
بجامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل بالدمام بالمملكة العربية السعودية

مستخلص. يهدف البحث إلى دراسة كيفية فهم القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية وشرحها، كما أراده النبي ، وهي من وحي الله تعالى، والأمة الناجحة هي الأمة التي تتمسك بالسنة النبوية التي حددت لها هذه القواعد، ويجنبها الوقوع في الأزمات التي لا يحمد عقباها، وأما منهج البحث فهو يتلخص في اتباع المنهج الاستقرائي التحليلي، وتكوّن البحث من مقدمة، وتمهيد، وتسعة مباحث، وخاتمة، وتوصيات، وفهرس للمصادر والمراجع، وظهرت تلك القواعد في ثمانية عشرة قاعدة؛ كما يلي: تقوية الإيمان بالقضاء والقدر، والتوطين لنزول الابتلاء، والحث على التفاؤل، والتحذير من التشاؤم، والحث على إحسان الظن بالله تعالى، والرجاء، والحث على التوكل على الله تعالى، والثقة بنصره، والأمر بالقوة، والعزيمة، والاستعانة بالصبر، والحث على الشجاعة، والاستعانة بالصلاة، والاستخارة، والحث على تكرار الأذكار، والدعاء، ووحدة الصف، واختيار البدائل، ونوصي بنشر الوعي في تلك القواعد بالتعاون بين الجامعات، والممارسة العملية الواقعية لها من قبل العلماء، وطلاب العلم، والدعاة، مما يتيح للناس رؤية القدوة الصالحة التي هم في أمس الحاجة إليها.

الكلمات المفتاحية: الوقاية، النفس، الإدارة، الأزمة، السنة.

المقدمة

الحمد لله رب العالمين وأفضل الصلاة وأتم التسليم على سيدنا محمد النبي الأمي وعلى آله وصحبه أجمعين، ورضي الله عن العلماء المخلصين إلى يوم الدين، أما بعد:

فإن الله تعالى جعل الحياة ذات وجهين، تُقْبِلُ حيناً، وتُدبِرُ حيناً، ومن إدبارها ما يلقاه الإنسان من مصائب وما يقع فيه من أزمات، غير أنَّه سبحانه مِن عدلِهِ ورحمتِه خلق الإنسانَ، ثمَّ زوَّده بكتاب معرِّف يبيّن له فيه كيف يتعامل مع نفسه على اختلاف الأحوال،

وتبدُّل الظروف، إقبالاً وإدباراً ، ثم أرسل مع هذا الكتاب خبيراً مرشِداً يشرح ما فيه، ويبيّن غاياتِه وما خفي منه، فالعاقل كلَّما واجهته مشكلة رجع إلى الخالق، وما بيَّنه في كتابه العزيز، وعاد إلى الخبير النبي وما شرحه من بيانه.

وإن علم إدارة الأزمات، هو أحد العلوم الإدارية الحديثة، يهتم بتدريب القادة والمدراء على كيفية التعامل مع أي حدث، أو لحظة حرجة، أو حاسمة، قد تتطور إلى أسوأ، كما أنه يؤهلهم لمواجهة أي تهديد، أو خطر غير متوقع، وتفادي المزيد من الخسائر المادية والمعنوية الناجمة عنها، والتي تحدث في مختلف مجالات الحياة؛ الدينية، والاجتماعية، والاقتصادية، والسياسية، والعسكرية، وغيرها.

وعلى الرغم من حداثة هذا العلم، إلا أن الدارس لسنة النبي ، وهو الخبير المرسل من عند الله تعالى، يجد أنه كان أسوة يحتذى به في إدارة الأزمات، فقد أرشدنا بمواقفه الكثيرة كيف ندير الأزمات، ووضع لنا القواعد في إدارتها، فقد كانت الأزمات تطارده في كل مكان؛ بمكة المكرمة، والطائف، والحبشة، وطريق الهجرة، والمدينة المنورة، كما لاحقته الأزمات في كل وقت، ومن هنا فقد اخترت موضوعاً لعله من الأهمية بمكان؛ وهو:" القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية"، والذي أسأل الله تعالى أن ينفع به، وكما هو معلوم فإن هذه القواعد الوقائية النفسية؛ مستنبطة من وحي الله تعالى، حيث إن السنة النبوية هي المصدر الثاني للعلوم الشرعية، وإن الأمة الناجحة هي الأمة التي تتمسك بالسنة النبوية التي حددت لها القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات، وإن اتباع الأمة الإسلامية لهذه القواعد؛ يجنبها الوقوع في الأزمات والمخاطر التي لا يحمد عقباها.

أهمية البحث: تتبين في الأمور الآتية:

١- التأصيل للقواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات المتفرقة في السنة النبوية.

٢- إبراز تعلق القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات بفقه السنة النبوية؛ الذي هو ثمرة الفهم الصحيح لها.

أسباب اختيار البحث: تظهر في الأمور الآتية:

١- الوصول إلى رؤية متكاملة للقواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية، من خلال فهم الأحاديث النبوية المتصلة بها، ومعرفة مدلولاتها.

٢- إفادة المجتمعات الإسلامية المعاصرة بالقواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في ضوء السنة النبوية، والمساهمة في التطبيق العملي لها.

مشكلة البحث: تكمن في الآتي:

١- إظهار القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في الأحاديث النبوية.

٢- معرفة حكم وأقوال علماء الحديث النبوي المتقدمين والمتأخرين في أحاديث القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات ومعانيها، وإبراز الدروس المستخلصة فيها.

أهداف البحث: أهمها ما يلي:

١- كيفية فهم القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية كما أراده النبي .

٢- شرح القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية.

الدراسات السابقة: لم أجد دراسة مستقلة في هذا الموضوع، فأردت أن أفرد فيه البحث ليكون مرجعًا في ذلك.

حدود البحث:

١- دراسة الأحاديث النبوية الصحيحة أو الحسنة، واستبعاد الضعيفة المتفق على ضعفها.

٢- دراسة أقوال الصحابة رضي الله عنهم، وأقوال التابعين رحمهم الله تعالى، فيما إذا كان ذلك مما له حكم المرفوع، أو له صلة بمعاني تلك الأحاديث.

منهج البحث: يتلخص في اتباع المنهج الاستقرائي التحليلي، وأما إجراءاته: فتتلخص في الآتي:

١- الاقتصار على الأحاديث الصحيحة أو الحسنة، وترك الضعيف المتفق على ضعفه.

٢- تخريج الأحاديث وعزوها إلى مصادرها الأصيلة، فما وجدته في الصحيحين اكتفيت بهما، فإن لم أجدها فيهما، انتقلت إلى كتب السنن؛ كالسنن الأربعة، ثم المسانيد، ثم الموطآت، والمصنفات، والمستدركات، والمعاجم، ونحوها.

٣- الحكم على الأحاديث إذا كانت في غير الصحيحين من خلال أقوال العلماء المتقدمين والمتأخرين.

٤- شرح الكلمات الغريبة الواردة في الأحاديث من كتب غريب الحديث.

٥- تتبع أقوال علماء الحديث المتقدمين والمتأخرين في دلالات الأحاديث ومعانيها من كتب شروح الحديث.

خطة البحث: تكوّن هذا البحث من مقدمة، وتمهيد، وتسعة مباحث، وخاتمة، وتوصيات، وفهرس للمصادر والمراجع.

المقدمة: وفيها أهمية البحث، وأسباب اختياره، ومشكلته، وأهدافه، والدراسات السابقة، وحدوده، ومنهجه، وإجراءاته، وخطته.

التمهيد: وفيه التعريف بمصطلحات البحث:(الوقاية، النفس، الإدارة، الأزمة، السنة)، في اللغة واصطلاح العلماء.

المبحث الأول: الوقاية النفسية في الأزمات بتقوية الإيمان بالقضاء والقدر، والتوطين لنزول الابتلاء في السنة النبوية.

المبحث الثاني: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على التفاؤل، والتحذير من التشاؤم في السنة النبوية.

المبحث الثالث: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على إحسان الظن بالله تعالى، والرجاء في السنة النبوية.

المبحث الرابع: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على التوكل على الله تعالى، والثقة بنصره في السنة النبوية.

المبحث الخامس: الوقاية النفسية في الأزمات بالأخذ

بالقوة، والعزيمة في السنة النبوية.

المبحث السادس: الوقاية النفسية في الأزمات بالصبر، والحث على الشجاعة في السنة النبوية.

المبحث السابع: الوقاية النفسية في الأزمات بالصلاة، والاستخارة في السنة النبوية.

المبحث الثامن: الوقاية النفسية في الأزمات بالحرص على كثرة الذكر، والدعاء في السنة النبوية.

المبحث التاسع: الوقاية النفسية في الأزمات بتوحيد الصف، واختيار البدائل المناسبة في السنة النبوية.

وصلى الله تعالى وبارك على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين.

التمهيد: وفيه التعريف بمصطلحات البحث:(الوقاية، النفس، الإدارة، الأزمة، السنة)،

في اللغة، واصطلاح العلماء

المطلب الأول: تعريف الوقاية في اللغة واصطلاح العلماء:

أولًا: تعريف الوقاية في اللغة: تطلق الوقاية في اللغة على عدة معان منها: الصيانة، والستر عن الأذى وتجنبه، والحفظ، والحماية، وإصلاح الأمر، والحذر، (ابن منظور، ١٩٩٤م، الفيروز آبادي، ٢٠٠٥).

ثانياً: تعريف الوقاية في اصطلاح العلماء: وردت عدة تعاريف للوقاية منها:

" هي فرط الصيانة وشدة الاحتراس من المكروه" (الكفوي، ١٩٩٨م، ص٣٨).

أو هي:" الحفظ والصيانة والاحتراز عن الأذى" (أبو جيب، ١٩٨٨، ص٣٨٦).

والتعريف المختار للوقاية لشموله ودقته هو:" حفظ وصيانة نفس الإنسان من الوقوع في الأذى والضرر؛ سواء كان ذلك ماديًا أم معنويًا" (أسود، ٢٠١٧م، ص١٧–١٨).

المطلب الثاني: تعريف النفس في اللغة واصطلاح العلماء:

أولًا: تعريف النَّفْس في اللغة العربية: تطلق النفس في اللغة على عدة معان منها: الروح، وجملة الشيء وحقيقته وجوهره، والدم؛ لأن النفس تخرج بخروجه، والإنسان جميعه، والعين، أي الحسد، والعَظَمَةُ والكِبر، والعِزَّة والهِمَّة، والجسد، والجُرعة (ابن منظور، ١٩٩٤م، الفيروز آبادي، ٢٠٠٥).

ثانياً: تعريف النفس في اصطلاح العلماء: وردت عدة تعاريف للوقاية منها:" الجوهر البخاري اللطيف الحامل لقوة الحياة والحس والحركة الإرادية، وسماها الحكيم: الروح الحيوانية، فهو جوهر مشرق للبدن" (الجرجاني، ١٩٨٣م، ص٢٤٢)، (الكفوي، ١٩٩٨م، ص٨٩٧).

أو هي:" جوهر قائم بنفسه ليس بجسم ولا هو منطبع في جسم" (الغزالي، ١٩٦١م، ص٢٣٥). والتعريف المختار للنفس لشموله ودقته هي:" جوهر الإنسان، ومحرك أوجه نشاطه المختلفة؛ إدراكيةً، أو حركية، أو فكرية، أو انفعالية، أو أخلاقية؛ سواء أكان ذلك على مستوى الواقع، أو على مستوى الفهم، والنفس هي الجزء المقابل للبدن في تفاعلهما وتبادلهما التأثير المستمر والتأثر، مكونين معًا وحدةً متميزة نطلق عليها

لفظ (شخصية) تُميز الفرد عن غيره من الناس، وتؤدي به إلى توافقه الخاص في حياته (مفتاح، ٢٠١٧).

المطلب الثالث: تعريف الإدارة في اللغة واصطلاح العلماء:

أولًا: تعريف الإدارة في اللغة: تطلق الإدارة في اللغة على عدة معان منها: المداورة: المعالجة، والإلزام، والترك، والطواف، والرعاية والسياسة، والمداولة والتعاطي من غير تأجيل، (ابن منظور، ١٩٩٤م، الفيروز آبادي، ٢٠٠٥).

ثانياً: تعريف الإدارة في اصطلاح العلماء: هي:" المعرفة الصحيحة لما يجب أن يقوم به الأفراد، ثم التأكد من أنهم يفعلون ذلك بأفضل الطرق، وأقل التكاليف، أي توفير الجهد والوقت والاتصالات والمال" (السلطان، ٢٠٠٩م، ص٢١٥).

أو هي:" فن توجيه النشاط الإنساني" (الصويان، ١٩٩٥م، ص٥٥).

والتعريف المختار للإدارة لشموله ودقته هي:" سلسلة من الأنشطة المتتابعة والمتكاملة، تبدأ بتحديد الأهداف ثم رسم طريقة الوصول إليها، وذلك من خلال إعداد نشاطات التخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة" (الجريسي، ٢٠١٧م، ص٤٨).

المطلب الرابع: تعريف الأزمة في اللغة واصطلاح العلماء:

أولًا: تعريف الأزمة في اللغة: تطلق الأزمة في اللغة على عدة معان منها: الضيِّق، وكل طريق ضيِّق بين جبلين، وشدة العض بالفم كله، والقبض الشديد، والإمساك، والقطع بالناب والسكين، والجدب والمحْل، والألم، والاستئصال، والصمت، واللزوم والمواظبة، والإغلاق (ابن منظور، ١٩٩٤م، الفيروز آبادي، ٢٠٠٥).

ثانياً: تعريف الأزمة في اصطلاح العلماء: هي: " مجموعة الظروف والأحداث المفاجئة التي تنطوي على تهديد واضح للوضع الراهن المستقر في طبيعة الأشياء" (حياتي ودفع الله، ٢٠١٥، ص١٠).

والتعريف المختار للأزمة لشموله ودقته هي:" حالة حرجة، غير مستقرة، تشكل تهديداً غير متوقع على الفرد والمجتمع، وما يتعلق بهما، تتطلب سرعة اتخاذ القرار المناسب لمواجهتها" (الزعبي، ٢٠١٤م، ص١٣٨).

ثالثاً: تعريف إدارة الأزمات كمصطلح إضافي مركب: هذا المصطلح من المصطلحات الحديثة إلا أن تطبيقاته قديمة جداً، ولعل تعريفه المناسب هو:" عملية منظمة للتعامل مع الأحداث المحتملة والطارئة ومحاصرتها، والتقليل من آثارها السلبية"(الزعبي، ٢٠١٤م، ص١٣٩).

المطلب الخامس: تعريف السنة في اللغة واصطلاح العلماء:

أولاً: تعريف السنة في اللغة: تطلق السنة في اللغة على عدة معان منها: ما يدل على الصقالة والملامسة، والعناية بالشيء ورعايته، والبيان، والسيرة المستمرة، والطريقة، سواء كانت حسنة أو قبيحة (ابن منظور، ١٩٩٤م، الفيروز آبادي، ٢٠٠٥).

ثانياً: تعريف السنة في اصطلاح العلماء: وسوف نعرفها عند علماء الحديث، وهي:" ما روي عن النبي ﷺ من قول، أو فعل، أو تقرير، أو سيرة، أو صفة خُلقية، أو خَلقية" (أبو النور، ١٨٩٦م، ص ٤٤، ٦٦)، (عتر، ١٩٩٧م، ص ٢٨-٢٩).

المبحث الأول: الوقاية النفسية في الأزمات بتقوية الإيمان بالقضاء والقدر، والتوطين لنزول الابتلاء في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية في الأزمات بتقوية الإيمان بالقضاء والقدر في السنة النبوية: المؤمن يتخذ الأسباب، لكنه لا يملك النتائج، ولا شك أن الإيمان بذلك يقي النفس من مشاعر الحقد والغلّ والحسد عند تسبب الآخر خاطئاً أو عامداً في ضرر ما، ومن ثم يحتفظ المسلم بهدوئه وحكمته، وهما عاملان فاعلان في إدارة الأزمات، فضلاً عما يورثه الإيمان بالقضاء والقدر من الراحة والاتزان النفسي، الذي يحمي المسلم من الانهيار والانهزام الداخلي، الذي يؤثر بدوره في العقل والتفكير والسلوك (عزام، ٢٠١٧م، ص٢٠٨-٢٠٩)، (عبدالرحيم، ٢٠١٧م، ص٧٢- ٧٣)، فقد روى ابن الديلمي قال:" أتيت أبيّ بن كعب ﷺ، فقلت له: وقع في نفسي شيء من القدر، فحدثني بشيء لعل الله أن يذهبه من قلبي، قال: لو أن الله لو عذّب أهل سماواته وأهل أرضه، عذّبهم وهو غير ظالم لهم، ولو رحمهم كانت رحمته خيراً لهم من أعمالهم، ولو أنفقت مثل أحد ذهباً في سبيل الله ما قَبِلَهُ الله منك حتى تؤمن بالقدر، وتعلم أن ما أصابك لم يكن ليخطئك، وأن ما أخطئك لم يكن ليصيبك، ولو متّ على غير هذا لدخلت النار، قال: ثم أتيت عبد الله بن مسعود ﷺ، فقال مثل ذلك، قال: ثم أتيت حذيفة بن اليمان رضي الله عنهما، فقال مثل ذلك، قال: ثم أتيت زيد بن ثابت ﷺ، فحدثني عن النبي ﷺ مثل ذلك" (أبو داود،٢٠٠٩،ج:٧، ص: ٨٤- ٨٥، ٤٦٩٩؛ ابن ماجه، ٢٠٠٩،ج:١، ص:٥٥-٥٦، ٧٧؛ ابن حبان،ج:٢، ص:٥٠٥-٥٠٦، ٧٢٧)، وقال الأرناؤوط في هامشه:" إسناده قوي"، فمن آمن بالقضاء والقدر، وعلم أنّ الدنيا دار ابتلاء وخطر، وأنّ القدر لا يُردّ ولا يؤجَّل اطمأنت نفسه، وهان أمره، ومن المشاهَد المعلوم أنّ المؤمنين هم أقلّ الناس تأثُّراً بمصائب الدنيا، وأقلُّهم جزعاً وارتباكاً؛ فالإيمان بالقضاء والقدر صَمّام الأمان بإذن الله تعالى من الصدمات والنكسات في الأزمات (السديس، ٢٠٠٤، ص٥).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات بالتوطين لنزول الابتلاء في السنة النبوية: فقد أعطت السنة النبوية أهمية كبيرة في توطين النفس البشرية على الرضى والاستسلام، والترقب والاهتمام، وفق منطلق عقدي، جعل له التوجيه الإسلامي قاعدة متينة يرتكز عليها، وسنداً قوياً يدعمه، لتهذيب النفس حتى لا تنحرف أو تزيغ، والنفس البشرية في عصرنا الحاضر الذي تقاربت فيه الشعوب، تخاف من بعضها البعض، أو تخاف من كوارث الحياة، ريحاً أو مطراً أو أعاصير أو أوبئة، أو غيرها، حتى أصبح الخوف والقلق سمة

من سمات البشر، وانتشر تبعا لذلك الاكتئاب والانتحار..، وما ذلك إلا من نقص الإيمان بقضاء الله تعالى وقدره، ، ويؤكد هذا المعنى ما رواه عبد الله بن عباس رضي الله عنهما أنه قال: كنت رديف رسول الله ﷺ، فقال:" يا غلام، أو يا غُلَيِّم، ألا أعلمك كلمات ينفعك الله بهن؟، فقلت: بلى، فقال: احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده أمامك، تعرف إليه في الرخاء، يعرفك في الشدة، وإذا سألت، فاسأل الله، وإذا استعنت، فاستعن بالله، قد جف القلم بما هو كائن، فلو أن الخلق كلهم جميعاً أرادوا أن ينفعوك بشيء لم يكتبه الله عليك، لم يقدروا عليه، وإن أرادوا أن يضروك بشيء لم يكتبه الله عليك، لم يقدروا عليه، واعلم أن في الصبر على ما تكره خيراً كثيراً، وأن النصر مع الصبر، وأن الفرج مع الكرب، وأن مع العسر يسراً" (ابن حنبل، ٢٠٠١، ج:٥، ص:١٨-١٩، ٢٨٠٣؛ وقال الأرناؤوط في هامشه:" حديث صحيح"، الحاكم، ١٩٩٠، ج:٣، ص:٦٢٤-٦٢٥، ٦٣٠٤ -٦٣٠٥)، وفي رواية ثانية عن ابن عباس رضي الله عنهما، قال: كنت خلف رسول الله ﷺ يوماً، فقال:" يا غلام، إني أعلمك كلمات، احفظ الله يحفظك، احفظ الله تجده تُجَاهَك، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، واعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، ولو اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام، وجفت الصحف" (الترمذي،١٩٧٥،ج:٤، ص:٦٦٧، ٢٥١٦)، وقال:" هذا حديث حسن صحيح"، فالحديث فيه الاعتماد على الله تعالى، وحسن التوكل عليه، وهو مدخل إيماني قوي للنفوس، ومبعث على الاطمئنان والراحة، والأمن في الأزمات لا يكون إلا بقوة الإيمان، وسلامة العقيدة، ومراقبة الله تعالى دائماً، والحديث يدل على أن من حفظ أوامر الله تعالى ونواهيه في نفسه، فإنه يتولاه، ويرعاه، ويسدده، ويكون لك نصيراً، وينجيه من كل كرب في الدنيا والآخرة (أم عبد الرحمن، ١٩٩١، ص٩٤)، وهذه الإرشادات النبوية تبني شخصية متوازنة قوية، تساعدها على مواجهة الحياة بمختلف ظروفها، وبالتالي تساعدها على تخطي المواقف الحالكة بدون أزمات، فالحديث النبوي بمنزلة نظام إيماني وقائي يقي في الأزمات، ويغيب عند حصولها، وهو يتضمن الأسس التالية؛ الإيمان بالله تعالى، وقضائه وقدره، وتقوى الله تعالى ومراقبته في السر والعلن، وأنها سبب للخروج من المضايق، والوقاية النفسية في الأزمات، ورد الأسباب إلى المسبب الأول، واللجوء إليه سؤالاً واستعانة، وأن سنة الله تعالى اقتضت؛ أن الشدة تأتي بالفرج، فالنصر مع الصبر، والفرج مع الكرب، واليسر مع العسر (عزام، ٢٠١٧م، ص٢٠٦- ٢٠٨).

المبحث الثاني: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على التفاؤل، والتحذير من التشاؤم في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على التفاؤل في السنة النبوية: فقد روى أبو هريرة ﷺ قال: قال النبي ﷺ:" لا طيرة، وخيرها الفأل، قال: وما الفأل يا رسول

الله؟ قال: الكلمة الصالحة يسمعها أحدكم" (البخاري،٢٠٠١، ج:٧، ص:١٣٥، ٥٧٥٥؛ مسلم،١٩٩١، ج:٤، ص:١٧٤٥، ٢٢٢٣؛ عزام، ٢٠١٧م، ص٢١٢؛ عبدالرحيم، ٢٠١٧م، ص٨٩-٩٠)، فالفأل من طرق حسن الظن بالله تعالى، والمؤمن مأمور بحسن الظن بالله تعالى على كل حال، ويكون الفأل عادة بما يسر، وجعل الله تعالى في فطر الناس؛ محبة الكلمة الطيبة، والأنس بها، كما جعل فيهم الارتياح بالمنظر الأنيق، والماء الصافي، وإن كان لا يملكه ولا يشربه (ابن حجر، ١٩٥٩، ج:١٠، ص٢١٥)، وإنما أحب الفأل؛ لأن الإنسان إذا أمل فائدة الله تعالى وفضله عند سبب قوي أو ضعيف فهو على خير في الحال، وإن غلط في جهة الرجاء، فالرجاء له خير، وأما إذا قطع رجاءه وأمله من الله تعالى، فإن ذلك شر له (النووي، ١٩٧٢، ج:١٤، ص٢١٩-٢٢٠)، وفي أوقات الأزمات والشدائد تعظم الحاجة لاستحضار الفأل الحسن (الخراز، ٢٠٠٤، ص١٤)، والتفاؤل الإيجابي هو الدافع للانطلاقة والعمل من أجل التصحيح والتطوير، بل إن اليأس والقنوط والإحباط والتشاؤم جوانب ليست بداخلة في نسيج التفكير الإسلامي البتة، مهما أحاطت بالمؤمن الشدائد، ولذا نجد التفاؤل، والثقة بموعود الله تعالى، وحسن الظن به، أصل راسخ، قوي الحضور في السنة النبوية، وأهمية ارتفاع منزلة التفاؤل تظهر بضرورة العيش بنفسية آملة، طامحة بالنجاح، ناشدة تحقيق الأهداف، حسنة الظن بالله تعالى، واثقة من تنزُّل نصره، وحدوث فَرَجه، وأن يقوم المسلم بنشر ثقافة التفاؤل، ومد جسور المبادرة والنشاط أمام أبناء الأمة لخدمة هذا الدين، ليعم البِشْر، وتعظم الجدية، وتتبدد ظلمات اليأس والقنوط، مدركاً أن الليل مقدمة الإصباح، والظلمة أول بشائر النور، وإن من أهم متطلبات التفاؤل؛ سعة الأفق، وبُعد النظر، وطول النَّفَس، والصبر والمصابرة، وإعطاء المعالجة والبناء المدى الزمني الذي يحتاجان إليه (بلال، ٢٠٠١، ص١٥).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات بالتحذير من التشاؤم في السنة النبوية: اعتاد بعض الناس التشاؤم والسلبية في تقويم أعمال الآخرين، فكيف تكون نظرتهم إلى الأزمات التي لا يبدو منها سوى السوء والشر؟! إن للمسلم يقين بحكمة الله عز وجل، وأنه تعالى لا يخلق شيئاً عبثاً، بل لا يخلق شراً محضاً؛ فيصحح نظرته لكثير من الأمور، بحيث يستكشف محاسنها وحِكَمها بنظرته الشمولية (البعداني، ٢٠٠٨م، ص٨)، فقد روى أبو هريرة ، أن رسول الله قال:" إذا قال الرجل: هلك الناس فهو أَهْلَكُهُمْ"، قال أبو إسحاق: لا أدري، أهلكهم بالنصب، أو أهلكهم بالرفع (مسلم،١٩٩١، ج:٤، ص:٢٠٢٤، ٢٦٢٣)، الرفع أشهر؛ ومعناها أشدهم هلاكاً، وأما رواية الفتح فمعناها هو جعلهم هالكين، لا أنهم هلكوا في الحقيقة، واتفق العلماء على أن هذا الذم إنما هو فيمن قاله على سبيل احتقار الناس، وتفضيل نفسه عليهم، وتقبيح أحوالهم؛ لأنه لا يعلم سر الله تعالى في خلقه، وقيل: معناه لا

يزال الرجل يعيب الناس، ويقول: فسد الناس وهلكوا، ونحو ذلك، فإذا فعل ذلك فهو أهلكهم؛ أي أسوأ حالاً منهم؛ بما يلحقه من الإثم في عيبهم والوقيعة فيهم، وربما أداه ذلك إلى العجب بنفسه، ورؤيته أنه خير منهم، وأما من قال ذلك تحزنا لما يرى في نفسه وفي الناس من النقص في أمر الدين فلا بأس عليه (النووي،١٩٧٢، ج:١٦، ص١٧٥-١٧٦)، فالمنهج النبوي منهج بعيد عن السلبية والتشاؤم، وإنما هو منهج متفائل، مقبل على الحياة، مستعد لها الاستعداد المطلوب(عزام، ٢٠١٧م: ص٢١٣)، ويؤدي مرض التشاؤم إلى مرض خطير آخر وهو اليأس؛ ولذا كان المغرقون في الحديث عن مظاهر الفساد، يشكِّلون أحد عناصر الفساد والهلاك؛ إذ هم معاول هدم للهمم، وزرّاعون لليأس (السنيدي، ٢٠٠٣، ص٢٨)، ولذلك يعتبر التشاؤم والمتولّد منه اليأس من أكثر الأسباب في إطالة الأزمات، وتولّد أزمات جديدة، ولذلك حذر منه رسول الله ﷺ (السلطان، ٢٠٠٣م، ١٠٨)، أما المسلم فيمنعه من التشاؤم عدة أمور، أهمها؛ رضاه بقضاء الله تعالى وقدره، وثقتُه بأن ما يقدره الله تعالى له فيه خير، فإن أصابته سراءُ شكر فكان خيرًا له، وإن أصابته ضراءُ صبر فكان خيرًا له، وهذا ما شرحناه في المبحث الأول، (العودة، ٢٠١٣، ج:٤، ص٢٩٤-٢٩٥).

المبحث الثالث: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على إحسان الظن بالله تعالى، والرجاء في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية من الأزمات في الحث على إحسان الظن بالله تعالى في السنة النبوية: فقد روى أبو هريرة ﷺ، قال: قال النبي ﷺ:" يقول الله تعالى: أنا عند ظن عبدي بي، وأنا معه إذا ذكرني، فإن ذكرني في نفسه ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ ذكرته في ملأ خير منهم، وإن تقرب إليّ بشبر تقربت إليه ذراعاً، وإن تقرب إليّ ذراعاً تقربت إليه باعاً، وإن أتاني يمشي أتيته هرولة" (البخاري،٢٠٠١، ج:٩، ص:١٢١، ٧٤٠٥؛ مسلم،١٩٩١، ج:٤، ص:٢٠٦١، ٢٦٧٥)، وفي رواية عن جابر ﷺ، قال: سمعت النبي ﷺ، قبل وفاته بثلاث، يقول:" لا يموتن أحدكم إلا وهو يحسن بالله الظن" (مسلم،١٩٩١، ج:٤، ص:٢٨٧٧، ٢٨٧٧)، فقوله عز وجل:" أنا عند ظن عبدي بي"؛ فيه معاني متعددة؛ فقيل: معناه بالغفران له إذا استغفر، والقبول إذا تاب، والإجابة إذا دعا، والكفاية إذا طلب الكفاية، وقيل: المراد به الرجاء، وتأميل العفو، والمراد بالظن في الحديث بمعنى اليقين والاعتقاد لا بمعنى الشك (الكفوي، ١٩٩٨، ص ٥٩٣)، وقيل: العلم، فإن اعتقد أو ظن أن الله تعالى لا يقبل الدعاء، والمغفرة، وأنها لا تنفعه، فهذا هو اليأس من رحمة الله، وهو من الكبائر(ابن حجر، ١٩٥٩، ج:١٣، ص٣٨٦)، ومعنى حسن الظن بالله تعالى؛ أن يظن أنه يرحمه، ويعفو عنه، ويكون في حالة الصحة خائفاً، راجياً، ويكونان سواء، وقيل: يكون الخوف أرجح؛ فإذا دنت أمارات الموت، غلب الرجاء أو محضه؛ لأن مقصود الخوف، الانكفاف عن

المعاصي والقبائح، والحرص على الإكثار من الطاعات والأعمال، وقد تعذر ذلك أو معظمه في هذا الحال، فاستحب إحسان الظن المتضمن للافتقار إلى الله تعالى، والإذعان له (النووي، ١٩٧٢، ج:١٧، ص ٢- ٤، ٢١٠)، وتظهر أهمية حسن الظن بالله تعالى؛ أنه من الأمور التي أوصى بها رسول الله ، ولا شك بأن سيد المرسلين عليه الصلاة والسلام قد دلنا وأرشدنا إلى خير ما يعلمه لنا، وحذرنا وأنذرنا من شر ما يعلمه لنا، ويجب أن يكون صفة المؤمن وسَمته طيلة حياته، وأن حسن الظن بالله تعالى يرتبط ارتباطاً كبيراً بنواحي عقدية وسلوكية متعددة، فهو يرتبط بالتوكل على الله والثقة به؛ حيث إنك لا تتوكل إلا على من تحسن الظن به، وأن مسلك حسن الظن بالله تعالى مسلك دقيق ومنهج وسط بين نقيضين لا يسلكه إلا من وفقه الله تعالى وجعل قلبه خالصاً له سبحانه، ولذا كان على المؤمن أن يتحرى معرفة المنهج الصحيح في حسن الظن بالله تعالى؛ حتى لا يقع فيما نهى الله تعالى عنه من الغرور أو سوء الظن بالله تعالى، وأن أثر حسن الظن بالله تعالى يكون على المؤمن في حياته وبعد مماته؛ فإن المؤمن حين يحسن الظن بربه لا يزال قلبه مطمئناً، ونفسه آمنه، تغمرها سعادة الرضى بقضاء الله تعالى وقدره، وخضوعه لربه سبحانه (الأسطاء، ١٩٩٩، ص١٨؛ عزام، ٢٠١٧، ص٢١٣-٢١٤).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على الرجاء في السنة النبوية: فالرجاء هو الاستبشار بجود وفضل الرب تبارك وتعالى، والارتياح لمطالعة كرمه سبحانه، وقيل: هو الثقة بوجود الرب تعالى، لكن لصحته علامة؛ وهي حسن الطاعة، والرجاء يبعث العبد إلى أعلى مقامات العبودية وهو الشكر (الغامدي، ١٩٩٨، ص١٨٧- ١٨٩؛ عزام، ٢٠١٧م، ص٢١٤-٢١٥)، والمؤمن بين الخوف من عقاب الله، والرجاء لعفوه، يذكر أن الله شديد العقاب، فيغلب عليه الخوف، ويذكر أنه عفو رحيم، وأنه أرحم الراحمين، فيغلب عليه الرجاء، فإن ملأ قلبه الخوف وحده، يكون قد يئس من رحمة الله تعالى، الذي قال: إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ (سورة يوسف، الآية: ٨٧)، وإن ملأ قلبه الرجاء وحده، يكون قد أمن مكر الله تعالى، الذي قال: فَلَا يَأْمَنُ مَكْرَ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْخَاسِرُونَ (سورة الأعراف، الآية: ٩٩)، والإنسان يخاف من الأوبئة والآفات، وفقد الأحباب، وذهاب المال، ولكن ذلك ليس كخوف الله تعالى، الذي بيده الأمر كله، إن شاء ابتلى الإنسان به، وإن شاء عافاه منه، وما في الوجود شيء يعافيك بما يبتليك به الله تعالى (الطنطاوي، ١٩٨٩، ص٨٧)، وأن الناس متفاوتون في حجم أخطائهم على قدر إيمانهم ويقينهم بخالقهم، وعلى قدر خوفهم من العذاب أو صبرهم على الطاعات، ومع ذلك كله فالله تعالى يفتح باب الرجاء لمن زلت به قدمه، أو عثر به لسانه، أو لم تطاوعه جوارحه فسبقته إلى المعاصي، بل لعل الله تعالى يريد من الخلق أن يبقوا دائمًا وأبدًا على صلة به فهم يحبونه، ويتبعون أمره في حال عبوديتهم وطاعتهم،

وإقبالهم على الخيرات، وجمع الحسنات، وهم يخشونه ويطلبون منه المغفرة في حال ضعفهم وزلتهم؛ إذ لا نصير لهم إلا الله تعالى، ولا مجيب لهم سواه، وينبغي على المسلم أن يحذر المعاصي ما ظهر منها وما بطن قدر طاقته، فهي لا تزال بصاحبها حتى تورده المهالك، ومع ذلك فينبغي ألا ييأس من روح الله تعالى ورحمته، وألا يصيبه الإحباط والقنوط مهما بلغت ذنوبه، شريطة أن يقبل على الله تعالى، وأن يقف ببابه معترفًا مستغفرًا (العودة، ٢٠١٣، ج:١، ص٢٠٠-٢٠١)، فقد روى أنس بن مالك ، قال: سمعت رسول الله يقول:" قال الله تبارك وتعالى: يا ابن آدم، إنك ما دعوتني، ورجوتني غفرت لك على ما كان فيك ولا أبالي، يا ابن آدم، لو بلغت ذنوبك عنان السماء، ثم استغفرتني غفرت لك، ولا أبالي، يا ابن آدم، إنك لو أتيتني بقراب الأرض خطايا، ثم لقيتني لا تشرك بي شيئاً، لأتيتك بقرابها مغفرة" (الترمذي،١٩٧٥،ج:٥، ص:٥٤٨، ٣٥٤٠؛ ابن حنبل، ج:٣٥، ص:٣٧٥، ٢١٤٧٢، وقال الأرناؤوط في هامشه:" حديث حسن")، أي ما دمت تدعوني وترجوني؛ يعني في مدة دعائك ورجائك غفرت لك على ما كان فيك؛ أي من المعاصي وإن تكررت وكثرت، ولا أبالي؛ أي والحال أني لا أتعظم مغفرتك علي، وإن كان ذنباً كبيراً أو كثيراً، بشرط أن يكون موته على التوحيد (المباركفوري، ١٩٣٤، ج:٩، ص:٣٦٨).

المبحث الرابع: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على التوكل على الله تعالى، والثقة بنصره في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية من الأزمات في الحث على التوكل على الله تعالى في السنة النبوية: التوكل هو:" الالتجاء إلى الله تعالى والاعتماد عليه" (ابن الأثير، ١٩٧٩، ج:٥، ص٢٢١)، وهذا ما نلمسه في منهج رسول الله لإدارة الأزمات، هو اعتماده وتوكله على الله تعالى، مع الأخذ بالأسباب، كما قال الله تعالى: وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا (سورة الحج، الآية: ٤٠)، فالاعتماد على الله تعالى عنصر أساسي، وبديهي في إدارة الأزمات، وهذا من صلب العقيدة، فالله تعالى هو المعين والناصر، وهو الملجأ والملاذ، وهو الغاية والهدف، وهذا التوكل على الله تعالى؛ كان عنصر الإدارة لأزمة غار ثور، عندما بدأ النبي بالهجرة مع صاحبه أبو بكر الصديق من مكة المكرمة إلى المدينة المنورة، حيث انقطعت عنهم الأسباب الأرضية كلها، فيضطرب قلب أبي بكر الصديق ؛ خوفاً على النبي وعلى دعوته، فعن أنس بن مالك ، أن أبا بكر الصديق ، حدثه قال: نظرت إلى أقدام المشركين على رؤوسنا ونحن في الغار، فقلت: يا رسول الله، لو أن أحدهم نظر إلى قدميه أبصرنا تحت قدميه، فقال:" يا أبا بكر، ما ظنك باثنين الله ثالثهما" (البخاري،٢٠٠١، ج:٥، ص:٤، ٣٦٥٣؛ مسلم،١٩٩١، ج:٤، ص:١٨٥٤، ٢٣٨١)، معنى ثالثهما بالنصر والمعونة، والحفظ والتسديد، وفيه بيان عظيم توكل النبي حتى في هذا المقام، وفيه فضيلة

لأبي بكر ، وهي من أجلّ مناقبه، بالإضافة إلى بذله نفسه، ومفارقته أهله وماله، ورياسته في طاعة الله تعالى ورسوله، وملازمة النبي ، ومعاداة الناس فيه، ومنها جعله نفسه وقاية عنه، وغير ذلك (النووي، ١٩٧٢، ج:١٥، ص١٤٩-١٥٠)، ومن الملاحظ أن النبي في إدارة أزمة الغار، كان قد أخذ بالأسباب الإدارية والأمنية لمعالجة الأزمة، مع التوكل على الله تعالى (عبدالرحيم، ٢٠١٧، ص٧٠-٧١)، فالقوة كل القوة في التوكل على الله تعالى، كما قال بعض السلف:" من سره أن يكون أقوى الناس، فليتوكل على الله تعالى، فالقوة مضمونة للمتوكل، والكفاية والحسب والدفع عنه، وإنما ينقص عليه من ذلك بقدر ما ينقص من التقوى والتوكل، وإلا فمع تحققه بهما، لا بد أن يجعل الله تعالى له مخرجاً من كل ما ضاق على الناس، ويكون الله تعالى حسبه وكافيه" (ابن قيم الجوزية، ١٩٩٤، ج:٢، ص٣٣١-٣٣٢)، وثمرة التوكل على الله تعالى تظهر في حصول المقصود من سعادة الدنيا والآخرة بإذن الله تعالى، والحفظ من الزلل؛ بل يصل إلى هدفه بأقل التكاليف، وأيسر الطرق، والحفظ من الشيطان؛ لأنه ليس له عليه سلطان، والمتوكل على الله تعالى لا يمسه السوء؛ بل يحفظه الله تعالى من الشرور ويعصمه، ويرحمه، ويدخله الجنة، وله أجر عظيم، ويتولاه الله تعالى، وكذلك البراءة من الشرك، والمتوكل على الله تعالى يحبه الله، ويكفيه، ويعينه، ويؤيده، وهو حسبه ووليه ورازقه، ويزيد إيمانه، ويرجع بفضل من الله تعالى ونعمة، ويفتح الله تعالى بينه وبين قومه بالحق، وهو أكثر الناس توحيداً وإخلاصاً، ونحوها (الغامدي، ١٩٩٨، ص٢١٥-٢٣١).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على الثقة بنصر الله تعالى في السنة النبوية: كان النبي من أكثر الناس ثقة بربه تعالى في الأزمات، والمحن المختلفة، فقد روى خباب بن الأرت ، قال: شكونا إلى رسول الله وهو متوسد بردة له في ظل الكعبة فقلنا: ألا تستنصر لنا، ألا تدعو لنا؟ فقال:" قد كان من قبلكم، يؤخذ الرجل فيحفر له في الأرض، فيجعل فيها، فيجاء بالمنشار فيوضع على رأسه فيجعل نصفين، ويمشط بأمشاط الحديد، ما دون لحمه وعظمه، فما يصده ذلك عن دينه، والله ليتمن هذا الأمر، حتى يسير الراكب من صنعاء إلى حضرموت، لا يخاف إلا الله، والذئب على غنمه، ولكنكم تستعجلون" (البخاري،٢٠٠١، ج:٩، ص:٢٠، ٦٩٤٣)، إنما لم يجب النبي سؤال خباب ، ومن معه بالدعاء على الكفار؛ لأنه علم أنه قد سبق القدر بما جرى عليهم من البلوى ليؤجروا عليها، كما جرت به عادة الله تعالى في من اتبع الأنبياء عليهم السلام فصبروا على الشدة في ذات الله تعالى، ثم كانت لهم العاقبة بالنصر وجزيل الأجر (ابن حجر، ١٩٥٩، ج:١٢، ص٣١٦)، وأخبر النبي أن النصر والفتح وهداية الناس بيد الله تعالى وحده، وانتظارهما من قبل الجماعة المسلمة ليس صحيحاً، وليس من الطموح والهمم العالية، بل هو من الاستعجال؛ والذي هو أكبر

خطأ يقع فيه المستقيمون والمصلحون، أياً كانوا، وحيثما وُجدوا، وذكّر عليه الصلاة والسلام بمن سبقهم من المستضعفين، ليكون لهم زاداً في طريقهم المتُعب، ويسلّيهم حتى يعلموا أن هناك من صبر أكثر منهم، وبشرهم ووعدهم حتى لا ييأسوا من العاقبة، والعاقبة للمتقين، والله عز وجل لم يعد الجماعة المسلمة في العهد المكي بالنصرة وحسن العاقبة، حتى يتربّوا تربية إسلامية فدائية فذّة، تلك التربية التي مضمونها التضحية في سبيل الله تعالى (سعيد، ١٩٩٢، ص١٠٩)، ولنا في رسول الله أسوة حسنة؛ فهو الصابر المثابر المستهين بعنت المشركين، يمشي في بطحاء مكة المكرمة، واثقاً بأن الإسلام دين الله تعالى الذي ارتضاه لعباده، بأنه سينتشر ويعم أرجاء المعمورة رضي الناس أم سخطوا، وإن رسالة الإسلام لا تحدها حدود ولا تقيدها قيود، ومن يعترضها فإنما يعترض قضاء الله تعالى وقدره، وقد تكفل المولى سبحانه وتعالى من فوق سبع سماوات بحمايتها وكتب على نفسه نصر عباده الصالحين، وجعلهم المستخلفين في الأرض (حامد، ١٩٨٤، ص١٠٥)، ومع هذه الشدائد والأزمات التي مرت بالمسلمين؛ كان رسول الله واثقاً بنصر ربه تعالى، متفائلاً بنصرة دينه والمسلمين، حتى وإن لم يملك للمسلمين حينها حلاً عاجلاً لما هم فيه من بلاء ومحن، فالحديث يحتاج لتأمل مع ما فيه من شدة، وما يحمله من بشرى وتفاؤل، ونهي عن الاستعجال في النتائج، والثقة بنصر الله تعالى، والتفاؤل فيه في المستقبل، من المسكنات المهمة في وقت الأزمات والشدائد (العودة، ٢٠١٣، ج:٦، ص٩٠؛ عبدالرحيم، ٢٠١٧، ص٩١-٩٢).

المبحث الخامس: الوقاية النفسية في الأزمات بالأخذ بالقوة، والعزيمة في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية في الأزمات بالأخذ بالقوة في السنة النبوية: لقد أرشدت السنة النبوية إلى منظومة صفات يتحلى بها المسلم؛ ليواجه أزمات الحياة ومشقتها، فعليه أن يكون قوياً، حريصاً على الخير، طالباً العون من الله تعالى، ثم ليرض بالقضاء والقدر إذا جاءه (عزام، ٢٠١٧م، ص٢١٠-٢١١)، فقد روى أبو هريرة ، قال: قال رسول الله :" المؤمن القوي، خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف، وفي كل خير، احرص على ما ينفعك، واستعن بالله ولا تعجز، وإن أصابك شيء، فلا تقل لو أني فعلت كان كذا وكذا، ولكن قل: قدر الله وما شاء فعل، فإن لو تفتح عمل الشيطان" (مسلم،١٩٩١، ج:٤، ص:٢٠٥٢، ٢٦٦٤)، هذا الحديث من جوامع كلمه ، ويبدأ الحديث بتقرير حقيقة لا ينبغي أن يعتريها الغموض، ولا أن يحيط بها الشك وهي حقيقة التطلع إلى العلو، والارتفاع عن الضعف، فحقيقة القوة التي تستغرق كل معاني القوة، وهي مطلوبة من كل مؤمن بأن يكون قوياً في كل شيء؛ قوة في البدن، وقوة في الحق، فالمؤمن القوي أقدر على نشر الحق، وتعريف الناس به، سواء في قوة حجته، أو قوة شخصيته، وسلوكه، وحينما يستشعر المؤمن هذا المعنى تكبر نفسه، وتتطلع دائماً إلى آفاق جديدة ترتادها، وكذلك من وجد

في نفسه ضعفاً، عليه أن يتخلص منه بالتدرب على التحمل والمعاناة، ثم يرسم الرسول الخطة العملية من أجل تحقيق معنى القوة الذي جعله مناطاً للأفضلية، وهو الحرص على ما ينفع، ومن أجل أن لا يتكل المؤمن على نفسه، ولا يغتر بقوته أبداً؛ ومن أجل أن يظل على ذكر من خالقه ورازقه، يطلب النبي منه أن يستعين بالله تعالى، فكل عمل لا يستعان بالله تعالى عليه لا يبارك الله تعالى فيه؛ لأنه يكون مصروفاً إلى غير مرضاة الله تعالى، وقد جاءت جملة (واستعن بالله) على سبيل الاحتراس أولاً، وكذلك جملة (ولا تعجز) احتراساً ثانياً، حتى يتضح المعنى المطلوب للاستعانة، فلا تقتصر على الاستعانة باللسان دون اتخاذ للأسباب، فينبغي أن تفهم هذه الجمل الثلاث على أنها معنى واحد متصل، فطلب ما ينفع، والحرص عليه؛ يجب أن يكون محاطاً بالاستعانة بالله تعالى، بعيداً عن العجز والضعف، وكي يكون المؤمن مبادراً دائماً، بعيداً عن كل ما يوقعه في دائرة الندم الذي يشل الحركة، ويكبل الفكر، يطلب منه الرسول عندما يصيبه مكروه، أن يكف عن تقريع نفسه، وأن يحررها من الأسف على ما مضى، فما مضى لا يمكن أن يعود، والتقريع لن يعيد مفقوداً، ولن يصحح خطأ؛ لأن المرء إذا صحت غايته، وخلصت نيته، وقام بالأسباب فليس من الضروري أن تترتب النتائج بناء على ما قدم من مقدمات؛ لأن تقدير الله تعالى هو الغالب، ومشيئته هي الماضية، وهكذا يحدد الرسول للمؤمن الغاية والهدف، ويسلحه بالوسيلة، ويرسم له مجال العمل: قلب متصل بالله تعالى ومتجه إليه، وجهد إيجابي يتطلع إلى الأحسن دائماً، وأعمال تستمد فاعليتها عن تسديد الله تعالى لها، ونفس راضية تقابل المصاعب بالصبر والثبات، وسد لكل ذرائع الشيطان التي يسهل تسلله منها، وهذا ما تحدثنا عنه سابقاً في المبحث الأول من تقوية الإيمان بالقضاء والقدر، وفي المبحث الرابع بالحث على التوكل على الله تعالى، وكلها تساعد المسلم غلى تخطي الأزمات (الأحمد، ١٩٨٧، ص١٥).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات بالأخذ بالعزيمة في السنة النبوية: العزم هو:" ما وكدت رأيك عليه، ووفيت بعهد الله تعالى فيه، وذلك يكون بالجد والقوة والصبر" (ابن الأثير، ١٩٧٩، ج:٣، ص٢٣١- ٢٣٢)، والعازم يسرع إلى العمل، وإن اتصاف المسلم بالعزيمة والطموح في ضوء نور معرفته لهدفه وسبيله، هو أقوى ما يمكن أن يتصف به فاعل ومؤثر، فالعزيمة تدفع وتقوي، والطموح يبشّر ويجذب نحو الهدف المعلوم، فكثير من المتساقطين في سبيل الحياة، إنما يعود سبب سقوطهم إلى ضعف عزائمهم؛ لأن معوقات الحياة كثيرة، وهي أكثر لمن أراد التغيير، فإذا كان سير الإنسان ضعيفاً، وقوّته ضعيفة، وهمته ضعيفة، فهو يكون عندئذ نهباً مستباحاً للمنحرفين، وقد أدرك النبي هذا المفهوم، ومن ثم انطلق في حياته من عزيمة لا تعرف الكلل، وعمل على تقوية العزائم في نفوس أصحابه وأمته، وحاول جاهداً أن يجعل لهم طموحاً متدرجاً نحو معالي الأمر، فقد روى شداد بن أوس ،

أن رسول الله قال:" اللهم إني أسألك الثبات في الأمر، وأسألك عزيمة الرشد، وأسألك شكر نعمتك، وحسن عبادتك، وأسألك لساناً صادقاً، وقلباً سليماً، وأعوذ بك من شر ما تعلم، وأسألك من خير ما تعلم، وأستغفرك مما تعلم، إنك أنت علام الغيوب" (الترمذي،١٩٧٥، ج:٥، ص:٤٧٦، ٣٤٠٧؛ ابن حنبل، ٢٠٠١، ج:٢٨، ص:٣٥٦، ١٧١٣٣؛ وقال الأرناؤوط في هامشه:" حسن بطرقه"، ابن حبان، ١٩٩٨،ج:٥، ص:٣١٠-٣١١، ١٩٧٤)، الرشد هو الصلاح والفلاح (المباركفوري، ١٩٣٤، ج:٩، ص:٢٤٩)، وأما عزيمة الرشد هو حسن التصرف في الأمر، والإقامة عليه بحسب ما يثبت ويدوم، وقيل: هي عقد القلب على إمضاء الأمر، وقيل: هي القصد الجازم المتصل بالفعل، وقيل: استجماع قوى الإرادة على الفعل، والمكلف قد يعرف الرشد ولا عزم له عليه (المناوي، ١٩٣٦، ج٢، ص:١٣٠)، وهذه العزيمة التي تحلى بها النبي ساعدته في إدارة الأزمات، وكفلت له عدم الانكسار أمام المحن والكربات (عبدالرحيم، ٢٠١٧، ص٨٦- ٨٧).

المبحث السادس: الوقاية النفسية في الأزمات بالصبر، والحث على الشجاعة في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية في الأزمات بالصبر في السنة النبوية: الصبر هو:" حبس النفس عن المحرمات، وعدم الجزع عند الابتلاءات" وهو من الأخلاق المطلوبة للمؤمن، (ابن الأثير، ١٩٧٩، ج:٣، ص٧)، فقد روى صهيب ، قال: قال رسول الله :" عجباً لأمر المؤمن، إن أمره كله خير، وليس ذاك لأحد إلا للمؤمن، إن أصابته سراء شكر، فكان خيراً له، وإن أصابته ضراء، صبر فكان خيراً له" (مسلم،١٩٩١، ج:٤، ص:٢٢٩٥، ٢٩٩٩)، فالصبر قمة الأعمال الصالحة؛ لأنه في مواقف الضيق والحرج يمتحن الإيمان، وتظهر للناس خبيئته، حيث تتجرع النفس مرارة الألم، وهناك تتجلى قيمة الصبر وفضائله، متى استطاع الإنسان بعزيمته الصادقة وتسليمه بقضاء الله تعالى، أن يكبح جماح نفسه، ويأخذ بمجامعها إلى الجادة، ذاقت حلاوة الصبر وبرد الإيمان، وذهب عنها وهج الحزن وكدره، حتى ترجع أصلب ما تكون عوداً، وأقوى مقاومة للأزمات، وبهذا الدرع الفريد، يتجاوز المسلم أزماته؛ ليحمل مشعل الحياة الكريمة في دروب الأرض وفجاجها الواسعة، ويقوم بالمهمة التي خُلِق من أجلها، وليكمل مسيرة الخير تحت راية التوحيد الخالدة، فتتحول المنغصات الخانقة، إلى محرك نشط يدفع بالأمة إلى واجهة التاريخ، ويصقل بخشونته النفوس، فتعود أكثر تألقاً؛ لتعيش هنيئة راغدة في ظل دوحة الإسلام الوارفة، تتفيأ ظلالها، وتتقلب في خيراتها (ابن رجب، ١٩٨٨، ص١٥٩-١٦٠)، وإن مشاعر المؤمنين النفسية هي دائماً مشاعر السعادة، والأمل، والطمأنينة، مهما كانوا في ظروف من الحياة قاسيات، وفي متاعب وآلام جسدية، وإن الإيمان بالله تعالى واليوم الآخر يفرغ على المؤمنين من الرضا والتسليم وطمأنينة القلب ما لا يكون في أي شيءٍ غيره على الإطلاق، وهذا ما

بينه الرسول □ في هذا الحديث السابق (الميداني، ١٩٩١م، ص٥٦٢)، وأهم أنواع الصبر هو ما كان في أول الأزمة، فالتصبر يكون في أول البلاء، وهو أشده، فقد روى أنس بن مالك □، قال: مر النبي □ بامرأة تبكي عند قبر، فقال:" اتقي الله واصبري، قالت: إليك عني، فإنك لم تصب بمصيبتي، ولم تعرفه، فقيل لها: إنه النبي □، فأتت باب النبي □، فلم تجد عنده بوابين، فقالت: لم أعرفك، فقال: إنما الصبر عند الصدمة الأولى" (البخاري،٢٠٠١، ج:٢، ص:٧٩ ،١٢٨٣)، ذلك هو الصبر الكامل الذي يترتب عليه الأجر، وأصل الصدم ضرب الشيء الصلب بمثله؛ فاستعير للمصيبة الواردة على القلب، وأن الصبر الذي يحمد عليه صاحبه ما كان عند مفاجأة المصيبة؛ بخلاف ما بعد ذلك فإنه على الأيام يسلو (ابن حجر، ١٩٥٩، ج:٣، ص١٤٩-١٥٠)، وقد روى معاوية □ أنه قال: سمعت النبي □ يقول:" لم يبق من الدنيا إلا بلاء وفتنة" (ابن ماجه،ج:٥، ص:١٦٢، ٤٠٣٥؛ ابن حبان، ١٩٩٨،ج:٢، ص:٤٦٥، ٦٩٠، وقال الأرناؤوط في هامشه:" إسناده قوي")، وفي رواية ثانية عن معاوية □ بزيادة:" فأَعدُّوا للبلاءِ صبراً" (المخَلِّص، ٢٠٠٨، ج:١،ص:٣٠٢، ٤٥٦؛ الذهبي، ١٩٦٣، ج:٤، ص:٤٤٣، وقال:" حديث صالح الإسناد")، فالصبر يعتبر الركيزة الأساس في الاستقرار وتجاوز الأزمات بسلام (الدحيم، ٢٠٠٧، ص٤٢؛ عزام، ٢٠١٧م، ص٢١٠).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات بالحث على الشجاعة في السنة النبوية: الشجاعة هي ثبات القلب عند النوازل والأزمات، وإن كان صاحبها ضعيف البطش (ابن قيم الجوزية، ١٩٩٣، ص٥٠٠)، وتعتبر قاعدة مهمة ووقائية في إدارة الأزمة، ولابد من توافر هذه الصفة في كل المسلمين، وخاصة القائد منهم، فإذا وهن القائد أو تخاذل؛ فسينهار كل من خلفه إلا من رحم الله تعالى، وقد كان رسول الله □ من أشجع الناس، ولا سيما وقت الأزمات، فقد روى أنس بن مالك □، قال:" كان رسول الله □ أحسن الناس، وكان أجود الناس، وكان أشجع الناس، ولقد فزع أهل المدينة ذات ليلة، فانطلق ناس قبل الصوت، فتلقاهم رسول الله □ راجعاً، وقد سبقهم إلى الصوت، وهو على فرس لأبي طلحة □ عري، في عنقه السيف وهو يقول: لم تُرَاعُوا، لم تُرَاعُوا، قال: وجدناه بحراً، أو إنه لبحر، قال: وكان فرساً يُبَطَّأُ" (البخاري،٢٠٠١، ج:٤، ص:٣١، ٢٨٦٧؛ مسلم، ١٩٩١، ج:٤، ص:١٨٠٢، ٢٣٠٧)، الحديث يبيّن شجاعته □ من شدة عجلته في الخروج إلى العدو قبل الناس كلهم؛ بحيث كشف الحال ورجع قبل وصول الناس، وفيه بيان عظيم بركته ومعجزته في انقلاب الفرس سريعاً؛ بعد أن كان يبطأ، وهو معنى قوله □:" وجدناه بحراً"، أي واسع الجري (النووي، ١٩٧٢، ج:١٥، ص٦٧-٦٨)، وكذلك ظهرت شجاعة رسول الله □ في المعارك الكبرى التي قاتل فيها؛ كغزوة بدر، وأحد، وحُنين التي جاء فيها رجل إلى البراء □، فقال: أكنتم وليتم يوم حنين يا أبا عمارة؟

فقال: أشهد على نبي الله ما ولّى، ولكنه انطلق أَخِفَّاءُ من الناس، وَحُسَّرٌ إلى هذا الحي من هوازن، وهم قوم رماة، فرموهم برشق من نبل كأنها رجل من جراد، فانكشفوا، فأقبل القوم إلى رسول الله ، وأبو سفيان بن الحارث يقود به بغلته، فنزل ودعا واستنصر، وهو يقول: أنا النبي لا كذب، أنا ابن عبد المطلب، اللهم نزّل نصرك، قال البراء : كنا والله إذا احمر البأس نتقي به، وإن الشجاع منا للذي يحاذي به، يعني النبي " (البخاري،٢٠٠١، ج:٤، ص:٣٠، ٢٨٦٤؛ مسلم، ١٩٩١، ج:٣، ص:١٤٠١، ١٧٧٦؛ عبدالرحيم، ٢٠١٧م، ص٩٢- ٩٣؛ القحطاني، ٢٠٠٣، ص٥٣٨-٥٣٩)، وقد مدح النبي أهل الشجاعة والثبات في الجهاد؛ وحث على ذلك فقال عن نبي الله داود :" كان يصوم يوماً، ويفطر يوماً، ولا يفر إذا لاقى" (البخاري،٢٠٠١، ج:٣، ص:٤٠ ،١٩٧٧؛ مسلم، ١٩٩١، ج:٢، ص:٨١٤، ١١٥٩)، فينبغي للمسلم أن يتحلى بالشجاعة والثبات مقتدياً بهدي نبينا محمد (القحطاني، ٢٠٠١، ج:١، ص٣٦٧- ٣٦٨).

المبحث السابع: الوقاية النفسية في الأزمات بالصلاة، والاستخارة في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية في الأزمات بالصلاة في السنة النبوية: كما هو معلوم أن الصلاة هي الركن الثاني من أركان الإسلام، والصلاة عون للمسلم على الحياة، وما يكون فيها من محن، وفتن، وأزمات (عزام، ٢٠١٧م، ص٢١٠-٢١١؛ أسود، ٢٠١٧، ص٥٤-٥٨)، وسيكون الحديث عن الصلاة في أمور أربعة:

الأمر الأول: الصلاة قرة عين المسلم، وراحته، وملاذه عند حصول الأزمات والشدائد، فقد روى أنس ، قال: قال رسول الله :" حبب إلي من الدنيا النساء والطيب، وجعل قرة عيني في الصلاة" (النسائي، ١٩٨٦، ج:٧، ص:٦١، ٣٩٣٩؛ ابن حنبل، ٢٠٠١، ج:١٩، ص:٣٠٥، ١٢٢٩٣، وقال الأرناؤوط في هامشه:" إسناده حسن")، ومن كانت قرة عينه في شيء فإنه يود أن لا يفارقه ولا يخرج منه؛ لأن فيه نعيمه وبه تطيب حياته (ابن حجر، ١٩٥٩، ج:١١، ص٣٤٥)، ومعنى قرة عيني أي: رضى نفسي، وهذا من باب الدعاء بالفرج والغنيمة (العيني، د.ت، ج:٥، ص:١٠٠)، وبهذا تكون الصلاة جامعة لفضائل الدنيا والآخرة (السندي، ١٩٨٦، ج:٧، ص:٦٤).

الأمر الثاني: الصلاة راحة المسلم؛ فقد قال مِسْعَرُ بْنُ كِدَامٍ (أبو سلمة الكوفي، ثقة ثبت فاضل، مات سنة ١٥٣هـ، وقيل: ١٥٥هـ) (ابن حجر، ١٩٨٦، ص٥٢٨)، ليتني صليت فاسترحت، فكأنهم عابوا عليه، فقال: سمعت رسول الله يقول:" يا بلال، أقم الصلاة؛ أرحنا بها" (أبو داود،٢٠٠٩،ج:٧، ص: ٣٣٨، ٤٩٨٥، وقال الأرناؤوط في هامشه:" إسناده صحيح")، الحديث له معنيين؛ الأول: لنستريح بأداء الصلاة من شغل القلب بها، والثاني: كان اشتغاله بالصلاة راحة له، فإنه كان يعد غيرها من الأعمال الدنيوية تعبًا، فكان يستريح بالصلاة، لما فيها من مناجاة الله تعالى (ابن الأثير، ١٩٦٩، ج:٦،

ص٢٦٣)، والفرق بين المعنيين أن الراحة في المعنى الأول بخلاص الذمة بالأداء عن تعب الاشتغال بالصلاة، وتعلق القلب بها، وفي المعنى الثاني الراحة بوجود الصلاة، ولذة المناجاة وشهود الحق الذي كان يحصل فيها، والراجح هو المعنى الثاني؛ فهو أنسب وأليق بمقامه (المباركفوري، ١٩٨٤، ج:٤، ص:٢٥٥).

الأمر الثالث: الصلاة ملاذ المسلم عند حصول الشدائد؛ وهو ما رواه حذيفة أنه قال:" كان النبي إذا حزبه أمر، صلى" (أبو داود،٢٠٠٩،ج:٢، ص: ٤٨٥، ١٣١٩؛ وقال الأرناؤوط في هامشه:" إسناده صحيح"، ابن حنبل، ٢٠٠١، ج:٣٨، ص:٣٣٠، ٢٣٢٩٩)، أي: أصابه همّ أو نزل به غمّ، وأوقعه في الحزن قام فصلى، وهذه الصلاة ينبغي أن تسمى بصلاة الحاجات؛ لأنها غير مقيدة بكيفية من الكيفيات ولا مختصة بوقت من الأوقات (القاري، ٢٠٠٢، ج:٣، ص:٩٩٠؛ آل حمد، ٢٠٠٨، ص٩٤-١١٥).

الأمر الرابع: امتداد منافع الصلاة على المسلم في جوانب عديدة؛ فهي شفاء من الأمراض القلبية والبدنية والهموم والغموم، وهي مجلبة للرزق، وحافظة للصحة، ودافعة للأذى، ومطردة للداء، ومقوية للقلب، ومفرحة للنفس، ومذهبة للكسل، ومنشطة للجوارح، وممدة للقوى، وشارحة للصدر، ومغذية للروح، ومنورة للقلب، وبالجملة فلها تأثير عجيب في حفظ صحة القلب والبدن وقواهما (المناوي، ١٩٣٦، ج٤، ص:٥٢٧)، ولهذا تجعل المسلم في حالة روحية مطمئنة؛ تمكنه من التخفيف من حدة الانفعالات والأزمات؛ وفي هذا وقاية له من الأمراض النفسية والجسدية (القرامي، ١٩٩٦، ص٤٩-٥١؛ ابن عبدالله، ١٩٩٠، ص٢٠٥-٢٠٨).

ثانياً: الوقاية النفسية من الأزمات بالاستخارة في السنة النبوية: الاستخارة تتضمن في باطنها تهيئة لقبول الواقع، وما يكون والرضا به، وسواء كان موافقاً أو مخالفاً لمراد العبد (عزام، ٢٠١٧م، ص٢١٥-٢١٦؛ عبدالرحيم، ٢٠١٧م، ص٨٨)، فقد روى سعد بن أبي وقاص قال: قال رسول الله :" من سعادة ابن آدم رضاه بما قضى الله له، ومن شقاوة ابن آدم تركه استخارة الله، ومن شقاوة ابن آدم سخطه بما قضى الله له" (الترمذي،١٩٧٥،ج:٤، ص:٤٥٥-٤٥٦، ٢١٥١؛ ابن حنبل، ٢٠٠١، ج:٣، ص:٥٤، ١٤٤٤؛ الحاكم، ١٩٩٠، ج:١، ص:٦٩٩، ١٩٠٣، وقال:" هذا حديث صحيح الإسناد، ولم يخرجاه")، فالاستخارة هي طلب الخيرة من الله تعالى، فإنه يختار له ما هو خير له، والاستخارة والتفويض مآلهما واحد، وحقيقة الاستخارة هي أن يطلب الخير من الله تعالى في جميع أمره، بل وأن يعتقد أن الإنسان لا يعلم خيره من شره، ثم يترقى بأن يرى أن لا يقع في الكون غير الخير، ثم المستحب دعاء الاستخارة بعد تحقق المشاورة في الأمر المهم من الأمور الدينية والدنيوية، والأكمل أن يصلي ركعتين من غير الفريضة، ثم يدعو بالدعاء المشهور(القاري، ٢٠٠٢، ج:٣٨، ص:٣٣٢٦)، الذي رواه جابر ، قال: كان النبي

يعلمنا الاستخارة في الأمور كلها، كالسورة من القرآن:" إِذَا هَمَّ بِالأَمْرِ فَلْيَرْكَعْ رَكْعَتَيْنِ ثُمَّ يَقُولُ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ، وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ العَظِيمِ، فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلاَ أَقْدِرُ، وَتَعْلَمُ وَلاَ أَعْلَمُ، وَأَنْتَ عَلَّامُ الغُيُوبِ، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ خَيْرٌ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي، أَوْ قَالَ: فِي عَاجِلِ أَمْرِي وَآجِلِهِ، فَاقْدُرْهُ لِي، وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ شَرٌّ لِي فِي دِينِي وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي، أَوْ قَالَ: فِي عَاجِلِ أَمْرِي وَآجِلِهِ، فَاصْرِفْهُ عَنِّي وَاصْرِفْنِي عَنْهُ، وَاقْدُرْ لِي الخَيْرَ حَيْثُ كَانَ، ثُمَّ رَضِّنِي بِهِ، وَيُسَمِّي حَاجَتَهُ" (البخاري،٢٠٠١، ج:٨، ص:٨١، ٦٣٨٢)، وتظهر أهمية الاستخارة في الوقاية النفسية بأنها تشير إلى أول ما يرد على القلب عندها، فيظهر له ببركة الصلاة والدعاء ما هو الخير، وفيها حصول الجمع بين خيري الدنيا والآخرة، ولا أنجع ولا أنجح من الصلاة والدعاء لما فيهما من تعظيم الله تعالى والثناء عليه والافتقار إليه مآلاً وحالاً، ورضني به، أي بقضائك وقدرك؛ بحيث لا يبقى قلب المسلم متعلقاً بما استخار الله تعالى به، فتحصل له الطمأنينة، والرضا، وسكون النفس إلى القضاء والقدر، وهذا ما ذكرناه من قبل (ابن حجر، ١٩٥٩، ج:١١، ص١٨٥– ١٨٧).

المبحث الثامن: الوقاية النفسية في الأزمات بالحرص على كثرة الذكر، والدعاء في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية في الأزمات بالحرص على كثرة الذكر في السنة النبوية: المشروع للمسلم كثرة الذكر، وأن يكون لسانه دائمًا رطبًا بذكر الله تعالى، وقد جاء في السنة الشريفة كثير من الذكر، والحث عليه، وتخصيص بعض أنواعه بالفضل، فهي من أسباب دفع المصائب والأزمات قبل وقوعها، ورفعها بعد وقوعها، فهي وقاية وحماية وعلاج بإذن الله تعالى، والذكر يشمل القرآن الكريم الذي هو أعلاها وأفضلها، والدعاء، والحوقلة، وقول:(ما شاء الله لا قوة إلا بالله)، والاستغفار، والصلاة على رسول الله ﷺ، وكل ذلك يدخل ضمن الذكر، والذكر في الأغلب يتكرر مرتين في اليوم؛ بالصباح والمساء (المطلق، ٢٠١١، ص٢٦٠–٢٧١).

ومثال ذلك: ما رواه أبان بن عثمان قال: سمعت عثمان بن عفان يقول: سمعت رسول الله ﷺ يقول:" من قال: باسم الله الذي لا يضر مع اسمه شيء في الأرض ولا في السماء وهو السميع العليم، ثلاث مرات، لم تصبه فجأة بلاء حتى يصبح، ومن قالها حين يصبح، ثلاث مرات، لم تصبه فجأة بلاء حتى يمسي، قال: فأصاب أبان بن عثمان الفالج، فجعل الرجل الذي سمع منه الحديث ينظر إليه، فقال له: ما لك تنظر إلي؟ فوالله ما كذبت على عثمان ، ولا كذب عثمان على النبي ﷺ، ولكن اليوم الذي أصابني فيه ما أصابني، غضبت، فنسيت أن أقولها" (أبو داود، ٢٠٠٩، ج:٧، ص: ٤١٩– ٤٢٠، ٥٠٨٨؛ الترمذي، ١٩٧٥،ج:٥، ص:٤٦٥، ٣٣٨٨؛ ابن ماجه، ٢٠٠٩، ج:٥، ص:٣٥، ٣٨٦٩؛ ابن حنبل، ٢٠٠١، ج:١، ص:٥٤٦، ٥٢٨، ٥٢٨، وقال الأرناؤوط في هامشه:" حسن")، وهذا الحديث النبوي من الأذكار

الدافعة للمصائب عموماً، والمعنى: "باسم الله الذي لا يضر مع اسمه"؛ أي مع ذكره باعتقاد حسن ونية خالصة، "ولا في السماء"؛ أي من البلاء النازل منها، والذكر على أنواع؛ فمنها يتكرر ثلاث مرات صباحاً ومساء، وهناك ما يتكرر بعد كل صلاة (المطلق، ٢٠١١، ص٢٦٢).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات بالدعاء في السنة النبوية: الدعاء من أسباب الوقاية النفسية من الأزمات، فإن أمل المؤمن في استجابة الله تعالى لدعائه يخفف من كربه وهمه، ويمده بقوة تعينه على التحمل والصبر، وتبث فيه الشعور بالراحة النفسية، فقد روى أبو سعيد الخدري قال: قال رسول الله : "ما من مسلم دعا الله تبارك وتعالى بدعوة إلا استجاب، ما لم يكن فيها إثم أو قطيعة رحم، إلا أعطاه الله بها إحدى خصال ثلاث: إما أن يعجل له دعوته، وإما أن يدخر له في الآخرة، وإما أن يدفع عنه من الشر مثلها ، قالوا: يا رسول الله، إذاً نكثر؟ قال: الله أكثر" (أبو يعلى، ١٩٨٤، ج:٢، ص:٢٩٦، ١٠١٩، وقال حسين سليم أسد في هامشه:" إسناده جيد")، فالمؤمن يعتقد أن الدعاء خير وفائدة له في الدارين على أي حال، وكان رسول الله يعلّم أصحابه الاستعانة بالدعاء، وهو يساعد في علاج كثير من الاضطرابات والأمراض النفسية؛ مثل: الكرب، والهم، والحزن، والأرق، والفزع من النوم، ويساعد على تهذيب النفس (نجاتي، ٢٠٠٠، ص٣٣٣؛ موسى، ٢٠٠١، ص٩٨)، ومن ذلك: ما رواه أبو سعيد الخدري ، قال: دخل رسول الله ذات يوم المسجد، فإذا هو برجل من الأنصار، يقال له: أبو أمامة فقال:" يا أبا أمامة؛ مالي أراك جالسًا في المسجد في غير وقت الصلاة؟ قال: هموم لزمتني وديون يا رسول الله، قال: أفلا أعلمك كلامًا إذا أنت قلته أذهب الله عز وجل همّك، وقضى عنك دينك؟ قال: قلت: بلى يا رسول الله؛ قال: قل إذا أصبحت، وإذا أمسيت: اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن؛ وأعوذ بك من العجز والكسل؛ وأعوذ بك من الجبن والبخل، وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال، قال: ففعلت ذلك، فأذهب الله عز وجل همّي، وقضى عني دَيني" (أبو داود، ٢٠٠٩، ج:٢، ص: ٦٥١، ١٥٥٥؛ البخاري، ٢٠٠١، ج:٤، ص:٣٦ ، ٢٨٩٢؛ ابن قيم الجوزية، ١٩٥٧، ص١٤٧-١٤٨؛ ابن قيم الجوزية، ١٩٩٤، ج:٤، ص١٨٢-١٨٣؛ عبدالرحيم، ٢٠١٧م ، ص٧٤- ٧٥).

المبحث التاسع: الوقاية النفسية في الأزمات بتوحيد الصف، واختيار البدائل المناسبة في السنة النبوية

أولاً: الوقاية النفسية في الأزمات بتوحيد الصف في السنة النبوية: لقد حافظ النبي على وحدة الصف، ومهما حاول المغرضون شق الصف فكان يتصدى لهم دائماً (عبدالرحيم، ٢٠١٧، ص٩٧)، وكل ما خرج عن دعوة الإسلام والقرآن الكريم؛ من نسب، أو بلد، أو جنس، أو مذهب، أو طريقة؛ فهو من عزاء الجاهلية (ابن تيمية، ١٩٩٥، ج:٢٨، ص٣٢٨)، فقد روى جابر بن عبد الله رضي الله عنهما، قال: كنا في غزاة

– قال سفيان: مرة في جيش – فكسع (أي ضرب دبره وعجيزته بيد أو رجل أو سيف وغيره) (النووي، ١٩٧٢، ج:١٦، ص١٣٨) رجل من المهاجرين، رجلاً من الأنصار، فقال الأنصاري: يا للأنصار، وقال المهاجري: يا للمهاجرين، فسمع ذلك رسول الله فقال:" ما بال دعوى الجاهلية، قالوا: يا رسول الله، كسع رجل من المهاجرين رجلاً من الأنصار، فقال: دعوها فإنها منتنة" (البخاري، ٢٠٠١، ج:٦، ص:١٥٤، ٤٩٠٥؛ مسلم، ١٩٩١، ج:٤، ص:١٩٩٨، ٢٥٨٤)، فتسميته ذلك دعوى الجاهلية فهو كراهة منه لذلك، فإنه مما كانت عليه الجاهلية من التعاضد بالقبائل في أمور الدنيا ومتعلقاتها، وكانت الجاهلية تأخذ حقوقها بالعصبات والقبائل، فجاء الإسلام بإبطال ذلك، وفصل القضايا بالأحكام الشرعية، فإذا اعتدى إنسان على آخر حكم القاضي بينهما، وألزمه مقتضى عدوانه كما تقرر من قواعد الإسلام، وأما قوله :" دعوها فإنها منتنة"؛ أي قبيحة كريهة مؤذية (النووي، ١٩٧٢، ج:١٦، ص١٣٧-١٣٨)، ومستخبثة؛ لأنَّها تثير التعصب على غير الحق، والتقاتل على الباطل، ثم إنها تجر إلى النار، كما روى الحارث الأشعري ، أن النبي قال:" ... ومن ادعى دعوى الجاهلية فإنه من جُثَا (هو الشيء المجموع) (ابن الأثير، ١٩٧٩، ج:١، ص٢٣٩) جهنم، فقال رجل: يا رسول الله، وإن صلى وصام؟ قال: وإن صلى وصام، فادعوا بدعوى الله الذي سماكم المسلمين المؤمنين، عباد الله" (الترمذي، ١٩٧٥، ج:٥، ص:١٤٨- ١٤٩، ٢٨٦٣؛ ابن حنبل، ٢٠٠١، ج:٣٧، ص:٥٤٣، ٢٢٩١٠)، وقد أبدل الله تعالى من دعوى الجاهلية دعوى المسلمين، فينادى: يا للمسلمين، فإذا دعا بها المسلم وجبت إجابته، والكشف عن أمره على كل من سمعه، فإن ظهر أنه مظلوم نصر بكل وجه ممكن شرعي؛ لأنه إنما دعا للمسلمين لينصروه على الحق، وإن كان ظالماً كف عن الظلم بالملاطفة والرفق، فإنَّ نفع ذلك، وإلا أخذ على يده، وكف عن ظلمه (القرطبي، ١٩٩٦، ج:٦، ص٥٦٠-٥٦١)، ويدخل في دعوى الجاهلية التعصب لجماعة معينة والولاء لها، ورفض بقية الجماعات التي تنتمي لأهل السنة والجماعة ومعاداتها؛ لأن هذا التعصب يؤدي إلى وجود جماعات متصارعة، ومتنافرة، ومتناحرة، فتوحيد الصفوف وجمع الكلمة، هو الطريق الأقرب إلى النصر على الأعداء، والتمكين لدين الله تعالى في كل الأرض (بدري، ١٩٩٠، ص٢٠)، وكل الدعاوى الأُخرى التي يتعصب لها الناس كانتمائهم إلى قبيلة واحدة، أو إلى وطن واحد، أو إلى قومية واحدة، بحيث يصير الإنسان يحب ويبغض ويوالي ويعادي بناء عليها، فإنها من دعوى الجاهلية، وقد كانت الدعوة في الحديث للأنصار والمهاجرين وهي أشرف الأسماء، ومع ذلك نهى عنها النبي ، فكيف إذا كان التحزب على ما ليس فيه شرف، بل على تقليد شخص معين، فكيف إذا كان الاجتماع على مبادئ تناقض الإسلام؟ (زينو، ١٩٩٧، ج:٢، ص٤٨).

ثانياً: الوقاية النفسية في الأزمات باختيار البدائل المناسبة في السنة النبوية: يعتبر تقديم البدائل المناسبة من الأفكار البنّاءة في الوقاية النفسية في إدارة الأزمات، وسنة النبي مليئة بالأمثلة على ذلك، فعن أم المؤمنين عائشة رضي الله عنها، قالت: لما ثُقُل رسول الله جاء بلال يوذنه بالصلاة، فقال:" مروا أبا بكر أن يصلي بالناس، فقلت: يا رسول الله، إن أبا بكر رجل أسيف (أي سريع البكاء والحزن، وقيل: هو الرقيق) (ابن الأثير، ١٩٧٩، ج:١، ص٢٣٩)، وإنه متى ما يقم مقامك لا يُسْمِعُ الناس، فلو أمرت عمر ، فقال: مروا أبا بكر يصلي بالناس، فقلت لحفصة رضي الله عنها: قولي له: إن أبا بكر رجل أسيف، وإنه متى يقم مقامك لا يُسْمِعُ الناس، فلو أمرت عمر ، قال: إنكن لأنتن صواحب يوسف، مروا أبا بكر أن يصلي بالناس، فلما دخل في الصلاة وجد رسول الله في نفسه خفة، فقام يهادى بين رجلين، ورجلاه يخطان في الأرض، حتى دخل المسجد، فلما سمع أبو بكر حسه، ذهب أبو بكر يتأخر، فأومأ إليه رسول الله ، فجاء رسول الله حتى جلس عن يسار أبي بكر ، فكان أبو بكر يصلي قائماً، وكان رسول الله يصلي قاعداً، يقتدي أبو بكر بصلاة رسول الله والناس مقتدون بصلاة أبي بكر" (البخاري، ٢٠٠١، ج:١، ص:١٤٤، ٧١٣؛ مسلم،١٩٩١، ج:١، ص:٣١٣، ٤١٨)، ويدل الحديث على فضيلة أبي بكر الصديق وترجيحه على جميع الصحابة رضوان الله عليهم أجمعين، وتفضيله، وتنبيه على أنه أحق بخلافة رسول الله من غيره، ومنها أن الإمام إذا عرض له عذر عن حضور الجماعة استخلف من يصلي بهم، وأنه لا يستخلف إلا أفضلهم، ومنها فضيلة عمر بعد أبي بكر ؛ لأن أبا بكر لم يعدل إلى غيره (النووي، ١٩٧٢، ج:٤، ص١٣٧)، وهذا التخصيص والتكرير والتوكيد؛ في تقديمه في الإمامة على سائر الصحابة ، مع حضور عمر وعثمان وعلي ، وغيرهم مما بيّن للأمة تقدمه عنده على غيره، وعندما وضعت جنازة عمر جاء علي بن أبي طالب يترحم على عمر ، ثم قال:" ما خَلَّفْتَ أحداً أحب إلي أن ألقى الله بمثل عمله منك، وأيم الله، إن كنت لأظن أن يجعلك الله مع صاحبيك، وحسبت إني كنت كثيراً أسمع النبي يقول: ذهبت أنا، وأبو بكر، وعمر، ودخلت أنا، وأبو بكر، وعمر، وخرجت أنا، وأبو بكر، وعمر" (البخاري، ٢٠٠١، ج:٥، ص:١١، ٣٦٨٥؛ مسلم، ١٩٩١، ج:٤، ص:١٨٥٨، ٢٣٨٩)، فهذا يبين ملازمتهما للنبي في مدخله ومخرجه وذهابه، وأنه كان لهما من اختصاصهما بصحبته ومؤازرتهما له على أمره ومباطنتهما؛ مما يعلمه بالاضطرار كل من كان عالماً بأحوال النبي وأقواله وأفعاله وسيرته مع أصحابه ، ولهذا لم يتنازع في هذا أحد من أهل العلم بسيرته وسنته وأخلاقه (ابن تيمية، ١٩٩٥، ج:٤، ص٤٢٤)، وهذا الذي جعل المسلمين يختارون أبو بكر بعد رسول الله خليفة له، ثم كان عمر بن الخطاب الخليفة الثاني، والناس يعرفون ماذا

فعل أبو بكر وعمر رضي الله عنهما يوم حكما الناس؟ فهل يشك أحد أن تركيز رسول الله على هاتين الشخصيتين كان في محله؟ وأنهما من الكفاءة في المحل الأعلى، وأن رأي رسول الله فيهما في محله (عبدالرحيم، ٢٠١٧، ص٩٩- ١٠١).

الخاتمة

الحمد لله الذي مَنَّ عليَّ إتمام بحثي:" القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية"، وأخلص في ختامه إلى أهم النتائج الآتية:

١) التعريف المختار للوقاية:" حفظ وصيانة نفس الإنسان من الوقوع في الأذى والضرر؛ سواء كان ذلك ماديًا أم معنويًا".

٢) التعريف المختار للنفس:" جوهر الإنسان، ومحرك أوجه نشاطه المختلفة؛ إدراكيةً، أو حركية، أو فكرية، أو انفعالية، أو أخلاقية؛ سواء أكان ذلك على مستوى الواقع، أو على مستوى الفهم، والنفس هي الجزء المقابل للبدن في تفاعلهما وتبادلهما التأثير المستمر والتأثر، مكونين معًا وحدةً متميزة نطلق عليها لفظ (شخصية) تُميز الفرد عن غيره من الناس، وتؤدي به إلى توافقه الخاص في حياته."

٣) التعريف المختار للإدارة:" سلسلة من الأنشطة المتتابعة والمتكاملة، تبدأ بتحديد الأهداف ثم رسم طريقة الوصول إليها، وذلك من خلال إعداد نشاطات التخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة".

٤) التعريف المختار للأزمة:" حالة حرجة، غير مستقرة، تشكل تهديداً غير متوقع على الفرد والمجتمع، وما يتعلق بهما، تتطلب سرعة اتخاذ القرار المناسب لمواجهتها".

٥) تعريف إدارة الأزمات كمصطلح إضافي مركب:" عملية منظمة للتعامل مع الأحداث المحتملة والطارئة ومحاصرتها، والتقليل من آثارها السلبية."

٦) التعريف المختار للسنة:" ما روي عن النبي من قول، أو فعل، أو تقرير، أو سيرة، أو صفة خُلقية، أو خَلقية".

٧) تتصف القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية؛ بأنها مستنبطة من وحي من الله تعالى، حيث إن السنة النبوية هي المصدر الثاني للعلوم الشرعية.

٨) إن الأمة الناجحة هي الأمة التي تتمسك بالسنة النبوية التي حددت لها القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات.

٩) اتباع الأمة الإسلامية للقواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية؛ يجنبها الوقوع في الأزمات والمخاطر التي لا يحمد عقباها.

١٠)ظهرت القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية في ثمانية عشرة قاعدة؛ كما يلي: تقوية الإيمان بالقضاء والقدر، والتوطين لنزول الابتلاء، والحث على التفاؤل، والتحذير من التشاؤم، والحث على إحسان الظن بالله تعالى، والرجاء، والحث على التوكل على الله تعالى، والثقة بنصره، والأمر بالقوة، والعزيمة، والاستعانة بالصبر، والحث على الشجاعة، والاستعانة بالصلاة، والاستخارة، والحرص

على كثرة الذكر، والدعاء، والاهتمام بتوحيد الصف، وحسن اختيار البدائل.

التوصيات

١) نشر الوعي الإسلامي وتأصيل القواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية بالتعاون بين الجامعات في البلاد الإسلامية والعربية.

٢) الممارسة العملية الواقعية للقواعد الوقائية النفسية في إدارة الأزمات في السنة النبوية من قبل العلماء، وطلاب العلم، والدعاة، مما يتيح للناس رؤية القدوة الصالحة التي هم في أمس الحاجة إليها.

٣) ضرورة تضمين المقررات الدراسية في المراحل الدراسية المختلفة مواضيع تركز على إدارة الأزمات في السنة النبوية، وتعرف النشء بذلك.

٤) تشجيع طلبة الدراسات العليا لتناول أبحاث ومواضيع تتعلق بإدارة الأزمات في السنة النبوية.

٥) مواصلة عقد الندوات والمحاضرات لبيان أهمية موضوع إدارة الأزمات في السنة النبوية، وأثرها الإيجابي في حياة الأمة الإسلامية.

٦) إقامة حلقات نقاش ودورات تدريبية في إدارة الأزمات في السنة النبوية.

٧) الدعوة إلى إنشاء قناة فضائية لنشر فكر إدارة الأزمات في السنة النبوية وبلغات عالمية.

٨) السعي إلى نشر إدارة الأزمات في السنة النبوية عن طريق إنشاء النشر والترجمة، من اللغة العربية إلى اللغات الأجنبية.

فهرس المصادر والمراجع

ابن الأثير، المبارك بن محمد الشيباني الجزري. (١٩٧٩م). النهاية في غريب الحديث والأثر، تحقيق: طاهر أحمد الزاوي، محمود محمد الطناحي، بيروت: المكتبة العلمية.

ابن الأثير، المبارك بن محمد الشيباني الجزري. (١٩٦٩م). جامع الأصول في أحاديث الرسول. تحقيق: عبد القادر الأرنؤوط، ط١، دمشق: مطبعة الملاح.

ابن تيمية، أحمد بن عبد الحليم بن عبد السلام الدمشقي. (١٩٩٥م). مجموع الفتاوى، تحقيق: عبد الرحمن بن محمد بن قاسم، المدينة المنورة: مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.

ابن حبان، محمد بن حبان بن أحمد أبي حاتم التميمي البستي. (١٩٩٨م). الإحسان في تقريب صحيح ابن حبان. ترتيب: علي بن بلبان الفارسي الأمير علاء الدين، تحقيق: شعيب الأرنؤوط. ط١. بيروت: مؤسسة الرسالة.

ابن حجر، أحمد بن علي بن حجر العسقلاني. (١٩٨٦م). تقريب التهذيب. تحقيق: محمد عوامة. ط١. حلب: دار الرشيد.

ابن حجر، أحمد بن علي بن حجر العسقلاني. (١٩٥٩م). فتح الباري شرح صحيح البخاري. تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، محب الدين الخطيب، تعليق: عبد العزيز بن عبد الله بن باز، بيروت: دار المعرفة.

ابن حنبل، أحمد بن محمد بن حنبل. (٢٠٠١م). مسند الإمام أحمد بن حنبل، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، ط١، بيروت: مؤسسة الرسالة.

ابن رجب، زين الدين عبد الرحمن بن أحمد.(١٩٨٨م). تسلية نفوس النساء والرجال عند فقد الأطفال. تحقيق: الوليد بن عبد الرحمن الفريان. مجلة البحوث الإسلامية، العدد (٢٣). الرئاسة العامة لإدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد: الرياض.

ابن عبد الله، عمر بن محمود. (١٩٩٠م). الطب الوقائي في الإسلام، ط١، الدوحة: دار الثقافة.

ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر بن أيوب. (١٩٩٣م). الفروسية، تحقيق: مشهور بن حسن بن محمود، ط١، حائل: دار الأندلس.

ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر بن أيوب. (١٩٥٧م). الطب النبوي. ط١، بيروت: دار الهلال.

ابن قيم الجوزية، محمد بن أبي بكر بن أيوب. (١٩٩٤م). زاد المعاد في هدي خير العباد. ط٢٧، بيروت: مؤسسة الرسالة.

ابن ماجه، أبو عبدالله محمد بن يزيد القزويني. (٢٠٠٩م). سنن بن ماجه ، تحقيق: شعيب الأرنؤوط، عادل مرشد، محمَّد كامل قره بللي، عَبد اللّطيف حرز الله، ط١، بيروت: دار الرسالة العالمية.

ابن منظور، محمد بن مكرم بن علي الأنصاري. (١٩٩٤م). لسان العرب، ط٣، بيروت: دار صادر.

أبو جيب، سعدي. (١٩٨٨م). القاموس الفقهي لغة واصطلاحا، ط٢، دمشق: دار الفكر.

أبو النور، محمد الأحمدي. (١٩٨٦م). شذرات من علوم السنة، القاهرة: نهضة مصر.

أبو داود، سليمان بن الأشعث بن إسحاق الأزدي السِّجِسْتاني. (٢٠٠٩م). سنن أبي داود. تحقيق: شعَيب الأرنؤوط، محَمَّد كامِل قره بللي، ط١، بيروت: دار الرسالة العالمية.

أبو يعلى، أحمد بن علي بن المثُنى الموصلي. (١٩٨٤م). مسند أبي يعلى. تحقيق: حسين سليم أسد، دمشق: دار المأمون للتراث.

الأحمد، منصور. (١٩٨٧م). من مشكاة النبوة، مجلة البيان، السنة (٢)، العدد (٧)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

الأسطاء، فهد بن أحمد. (١٩٩٩م). حسن الظن بالله، مجلة البيان، السنة (١٣)، العدد (١٣٤)، المنتدى الإسلامي، الرياض.

أسود، محمد بن عبد الرزاق. (٢٠١٧م). الطب الوقائي في السنة النبوية، ط١، دمشق: دار طيبة.

آل حمد، عبد العزيز بن عبد الله بن إبراهيم الزير. (٢٠٠٨م). مرويات صلاة الحاجة. مجلة البحوث الإسلامية، العدد (٨٤)، ، الرئاسة العامة لإدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد: الرياض.

أم عبد الرحمن. (١٩٩١م). أسباب رفع البلاء أو تخفيفه. مجلة البيان، السنة (٦)، العدد (٤٢)، المنتدى الإسلامي، الرياض.

البخاري، محمد بن إسماعيل بن إبراهيم بن المغيرة . (٢٠٠١م). صحيح البخاري، تحقيق: د.محمد زهير بن ناصر الناصر، ط١، بيروت: دار طوق النجاة.

بدري، محمد محمد. (١٩٩٠م). دعوها فإنها منتنة. مجلة البيان، السنة (٥)، العدد (٣٣)، المنتدى الإسلامي: الرياض .

البعداني ، فيصل بن علي. (٢٠٠٨م). التفاؤل حياة. مجلة البيان، السنة (٢١)، العدد (٢٢٨)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

بلال، عبد الحكيم بن محمد. (٢٠٠١م). سبل مواجهة الفتن. مجلة البيان، السنة (١٦)، العدد (١٦٨)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

الترمذي، محمد بن عيسى بن سَوْرة بن موسى بن الضحاك، (١٩٧٥م). سنن الترمذي، تحقيق: أحمد محمد شاكر، محمد فؤاد عبد الباقي، إبراهيم عطوة عوض، ط٢، القاهرة: مكتبة ومطبعة مصطفى البابي الحلبي.

الجرجاني ، علي بن محمد بن علي. (١٩٨٣م). كتاب التعريفات، ط١، بيروت: دار الكتب العلمية.

الجريسي، خالد بن عبد الرحمن بن علي. (٢٠١٧). إدارة الوقت من المنظور الإسلامي والإداري. ط١: دار الألوكة للنشر.

الحاكم، محمد بن عبد الله بن محمد المعروف بابن البيع النيسابوري. (١٩٩٠م). المستدرك على الصحيحين، ، تحقيق: مصطفى عبد القادر عطا، ط١، بيروت: دار الكتب العلمية.

حامد، حسين إدريس. (١٩٨٤م). صبراً يا دعاة: إن نصر الله قريب، مجلة البيان، السنة (١٢)، العدد (١٢٤)، الرياض: المنتدى الإسلامي.

حياتي، عمر أحمد المصطفى و دفع الله، عبد القادر محمد أحمد. (٢٠١٥م). المنهج النبوي في إدارة الأزمات: صحيفة قريش لمقاطعة بني هاشم وبني عبد المطلب أنموذجاً، المجلة العربية للدراسات الأمنية والتدريب، ٣١ (٦٢).

الخراز، محمد. (٢٠٠٤م). التفاؤل فقه. مجلة البيان، السنة (١٩)، العدد (٢٠٥)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

الدحيم، إبراهيم بن صالح (٢٠٠٧م). معالم في فقه الفتن والأزمات، مجلة البيان، السنة (٢١)، العدد (٢٢٤)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

الذهبي، محمد بن أحمد. (١٩٦٣م). ميزان الاعتدال في نقد الرجال، تحقيق: علي محمد البجاوي، ط١، بيروت: دار المعرفة.

الزعبي، محمد مصلح. (٢٠١٤م). إدارة الأزمات في ضوء السنة النبوية: حادثة الإفك أنموذجاً. المجلة الأردنية للدراسات الإسلامية. ١٠(٣)، الجامعة الأردنية، عمان.

زينو، محمد بن جميل. (١٩٩٧م). مجموعة رسائل التوجيهات الإسلامية لإصلاح الفرد والمجتمع، ط٩، الرياض: دار الصميعي.

السديس، أحمد بن صالح. (٢٠٠٤م). عشر وصايا للصبر على المصائب، مجلة البيان، السنة (١٩)، العدد (٢٠٨)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

سعيد، فايز (١٩٩٢م). ولكنكم تستعجلون، مجلة البيان، السنة (٧)، العدد (٥٨)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

السلطان، ناجي بن دايل. (٢٠٠٩). دليل الداعية. ط١، مكة المكرمة: دار طيبة الخضراء.

السلطان، عادل. (٢٠٠٣م). مشكلاتنا في الأزمات. مجلة البيان، السنة (١٨)، العدد (١٩٠)، المنتدى الإسلامي، الرياض.

السندي، محمد بن عبد الهادي التتوي نور الدين. (١٩٨٦م). حاشية السندي على سنن النسائي. ط٢، حلب: مكتب المطبوعات الإسلامية.

السنيدي، سلمان بن عمر. (٢٠٠٣م). دراسات تربوية بين منابر اليأس وينابيع الأمل. مجلة البيان، السنة (١٨)، العدد (١٩٠)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

الصويان، أحمد بن عبد الرحمن. (١٩٩٥م). دراسة المستقبل: مدخل تأصيلي . مجلة البيان، السنة (٩)، العدد (٨٦)، المنتدى الإسلامي: الرياض.

الطنطاوي، علي بن مصطفى . (١٩٨٩م). تعريف عام بدين الإسلام. ط١، جدة، المملكة العربية السعودية: دار المنارة.

عبد الرحيم، رجب أحمد. (٢٠١٧م). منهج الرسول ﷺ في إدارة الأزمات، ط١، جائزة نايف بن عبد العزيز آل سعود العالمية للسنة النبوية والدراسات الإسلامية المعاصرة، المدينة المنورة.

عتر، نور الدين. (١٩٩٧م). منهج النقد في علوم الحديث، أط٣، دمشق: دار الفكر.

عزام، إيمان محمد. (٢٠١٧م). منهج الرسول ﷺ في إدارة الأزمات، ط١، جائزة نايف بن عبد العزيز آل سعود العالمية للسنة النبوية والدراسات الإسلامية المعاصرة، المدينة المنورة.

العودة، سليمان بن حمد. (٢٠١٣م). شعاع من المحراب، ط٢، الرياض: دار المغني.

العيني، محمود بن أحمد بن موسى. (د.ت). عمدة القاري شرح صحيح البخاري، بيروت: دار الكتب العلمية.

الغامدي، مسفر بن سعيد بن دماس. (١٩٩٨م). التوكل وأثره التربوي في الكتاب والسنة. مجلة البحوث الإسلامية، العدد (٤٩)، الرئاسة العامة لإدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد: الرياض.

الغزالي ، محمد بن محمد الطوسي. (١٩٦١م). معيار العلم في فن المنطق، تحقيق: د.سليمان دنيا، القاهرة: دار المعارف.

الفيروز آبادي، محمد بن يعقوب. (٢٠٠٥م). القاموس المحيط، تحقيق: محمد نعيم العرقسُوسي، ط٨، بيروت: مؤسسة الرسالة.

القاري، علي بن سلطان محمد الملا الهروي. (٢٠٠٢م). مرقاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، ط١، بيروت: دار الفكر.

القحطاني، سعيد بن علي. (٢٠٠١م). فقه الدعوة في صحيح الإمام البخاري، ط١، الرياض: الرئاسة العامة لإدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد.

القحطاني، سعيد بن علي. (٢٠٠٣م). الحكمة في الدعوة إلى الله تعالى. ط١، وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف والدعوة والإرشاد: الرياض.

القرامي، د.زهير رابح. (١٩٩٦م). الاستشفاء بالصلاة: دراسة حول الفوائد الصحية للصلاة على ضوء العلم الحديث. ط١، هيئة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، مكة المكرمة: رابطة العالم الإسلامي.

القرشي، عبد الله بن محمد البغدادي المعروف بابن أبي الدنيا. (١٩٨٨م). الفرج بعد الشدة. تحقيق: أبو حذيفة عبيد الله بن عالية، ط٢، القاهرة: دار الريان للتراث.

القرطبي، أحمد بن عمر. (١٩٩٦م). المفهم لما أشكل من تلخيص كتاب مسلم، تحقيق: محيي الدين ديب مستو، وآخرون، ط١، دمشق: دار ابن كثير.

الكفوي، أيوب بن موسى. (١٩٩٨م). الكليات معجم في المصطلحات والفروق اللغوية: أبو البقاء الحنفي، تحقيق: عدنان درويش، محمد المصري، ط١، بيروت: مؤسسة الرسالة.

المباركفوري، عبيد الله بن محمد عبد السلام الرحماني. (١٩٨٤م). مرعاة المفاتيح شرح مشكاة المصابيح، ط٣، بنارس، الهند: الجامعة السلفية.

المباركفوري، محمد عبد الرحمن بن عبد الرحيم. (١٩٣٤م). تحفة الأحوذي بشرح جامع الترمذي، بيروت: دار الكتب العلمية.

المخَلِّص ، محمد بن عبد الرحمن البغدادي. (٢٠٠٨م). المخلصيات ، تحقيق: نبيل سعد الدين جرار، ط١، قطر: وزارة الأوقاف والشؤون الإسلامية.

مسلم، مسلم بن الحجاج القشيري النيسابوري. (١٩٩١م). صحيح مسلم، تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي، بيروت: دار إحياء التراث العربي.

المطلق، منيرة بنت محمد. (٢٠١١م). العبادات أسباب تحمي من المصائب وترفعها بإذن الله. مجلة البحوث الإسلامية، العدد (٩٤)، الرئاسة العامة لإدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد: الرياض.

مفتاح، صلاح بن سمير محمد. (٢٠١٧م). حقيقة النفس في القرآن الكريم ومعانيها: موقع الألوكة، https://www.alukah.net/sharia/0/120342/

المناوي، محمد بن عبد الرؤوف القاهري. (١٩٣٦م). فيض القدير شرح الجامع الصغير، ط١، القاهرة: المكتبة التجارية الكبرى.

موسى، رشاد علي عبد العزيز. (٢٠٠١م). أساليب العلاج النفسي في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية، ط١، القاهرة: مؤسسة المختار.

الميداني، عبد الرحمن بن حسن حَبَنَّكَة. (١٩٩١م). كواشف زيوف، ط٢، (١٤١٢هـ)، دمشق: دار القلم.

نجاتي، محمد عثمان. (٢٠٠٠م). الحديث النبوي

وعلم النفس. ط٤، القاهرة: دار الشروق.
النسائي، أحمد بن شعيب بن علي. (١٩٨٦م). سنن النسائي الصغرى، تحقيق: عبد الفتاح أبو غدة، ط٢، حلب: مكتب المطبوعات الإسلامية.
النووي، يحيى بن شرف. (١٩٧٢م). المنهاج شرح صحيح مسلم بن الحجاج. ط٢، بيروت: دار إحياء التراث العربي.

Protective Psychological Rules In Crises Management In Accordance With The Prophetic Sunnah

Dr. Mohamed Abdul Razak Aswad
Associate Professor in the Prophet's Traditions (Sunnah) &its Sciences,
Department of Islamic Studies, Faculty of Arts,
Imam Abdul Rahman Bin Faisal University, Dammam, Saudi Arabia.
email: muhammadaswad@hotmail.com

Abstract. the research aims to study how to understand the protective psychological rules in managing crises according to the Sunnah and explain them, as the Prophet wanted, and it is the inspiration of God Almighty . And the successful nation is the nation that adheres to the Sunnah that set these rules for it, to avoid falling into unfortunate crises. As for the research method, it is summarized in following the inductive analytical approach, and the research consisted of a Foreword, a preface, nine investigations, a conclusion, recommendations, and an index of sources and references, and these rules appeared in eighteen rules as follows :

strengthening faith in fate and destiny, accepting of calamities, urging optimism, warning against pessimism, urging good thinking about God Almighty, hope, and urging reliance on God Almighty , and trust in his victory, commanding strength, determination, asking assistance of patience, urging courage, asking assistance of prayer , Istikhara (asking Allah, the almighty, for guidance), urging repetition of mentioning Allah, and supplicating to Allah , and the unity , and the choice of alternatives, and we recommend spreading awareness with these rules through cooperation between universities, and the realistic practical practice of them by scientists, students, and advocates, allowing people to see the righteous example that they desperately need.

Key words: protection, psychological, management, crisis, Sunnah.